NA STRAŻY ZDROWIA



ROK VI Państwowy Zakład Higieny Nr. 1
(Państwowa Szkoła Higieny)

NA STRAŻY ZDROWIA

MIESIĘCZNIK

REDAKTOR DR M. KACPRZAK

Redakcja i Administracja: Łódź, ul. Wodna 40, Państw. Szkoła Higieny

Rok VI. Łódź, sierpień 1945 Nr 1

OD REDAKCJI

W połowie 1939 roku pismo nasze przestało wychodzić. Przez sześć ciężkich lat nie mieliśmy możności rozmawiania ze sobą — milczeliśmy, czekając, kiedy znowu warunki pozwolą nam rozpocząć przerwaną dziaałlność. Dziś chwila ta nadeszła.

Ale wobec tego co przeżyliśmy, wobec sytuacji w jakiej znajdujemy się obecnie, powstaje pytanie, czy naprawdę sprawy zdrowia są tak ważne, żeby o nich pisać dziś, skoro jest tyle innych rzęczy, jakoby ważniejszych.

Morze nieszczęść za nami, ogrom potrzeb przed nami. Stoimy przed wielkimi zadaniami, nie wiedząc za co się najpierw wziąć, bo braki nasze są tak olbrzymie, że gdybyśmy nawet mieli po cztery ręce nie po dwie, nie zrobilibyśmy na czas połowy tego co trzeba. Czy to więc jest odpowiednia pora do poruszania spraw zdrowia? Tak, jak najbardziej. Sprawy zdrowia trzeba postawić obok jedzenia, odzieży i mieszkania. Człowiek cierpiący nie może pracować i być zadowolony z tego, że ma dużo do jedzenia, że ma co na siebie włożyć i gdzie mieszkać. Życie samo może być dla niego ciężarem.

Troskę o człowieka, a więc o jego zdrowie, musimy dziś postawić na pierwszym miejscu. Tylu spośród nas zginęło, tylu utraciło zdrowie na zawsze, że nawet z punktu widzenia gospodarki państwowej musimy dbać o każde życie ludzkie, musimy starać sie o podniesienie jego wartości. W tej wojnie Polska po-

niosła ogromne ofiary, musimy więc walczyć i o ilość Polaków i o jakość, a dobre wyniki możemy osiągnąć tylko wspólnym wysiłkiem wszystkich obywateli. Będziemy też walczyć o zdrowie wsi razem z wsią nie nad jej głowami. Z tą myślą rozpoczynamy szósty rok naszej pracy w nadziei, że znajdziemy oddźwięk w kołach dawnych czytelników i że uczciwą pracą i starannością zdobędziemy nowych.

Pragniemy jeszcze zaznaczyć, że obecny numer poświęcony jest całkowicie chorobom zakaźnym, w chwili obecnej najbardziej dla nas groźnym. Artykuły te zostały napisane dla Nadzwyczajnego Komisariatu do Walki z epidemiami, należącego do Ministerstwa Zdrowia i w porozumieniu z Komisariatem tu je drukujemy.

Numer obecny wychodzi dzięki życzliwym ułatwieniom ze strony Redakcji „Wici", za co składamy Redakcji podziękowanie.





POLSKA BEZ TYFUSU PLAMISTEGO

I.

OD POWIETRZA, GŁODU, OGNIA I WOJNY ZACHOWAJ NAS PANIE!

Wiele jest zła na świecie, wiele nięszczęść zagradza człowiekowi drogę do lepszego bytu, ale ze wszystkich chyba najgroźniejsze, najbardziej niszczycielskie — *to wojna, głód i pomór.* Te trzy klęski nieraz nawiedzały ludzkość, niszczyły dobrobyt i do ruiny doprowadziły najbogatsze, najbardziej kwitnące kraje. Są to jakby trzy potwory apokaliptyczne, prawie zawsze nierozłączne.

I zwykle tak bywało w historii, że ludzie zaczynali wojny i wymordowywali się, niszczyli nawzajem swój dorobek, dokąd było co niszczyć i dokąd sił starczyło, a w następstwie tego powstawała nędza i głód, w ślad zaś za zniszczeniem i głodem szła zawsze jakaś gwałtownie szerząca się zaraza, to jest epidemia tej lub innej choroby zakaźnej, która kończyła dzieło rąk ludzkich w sposób jak najbardziej bezwzględny i nielitościwy. Obie te klęski — wojna i zaraza zawsze hojnie szafowały życiem ludzkim, idąc w zawody, która więcej może i zawsze zwyciężała zaraza. Nie było chyba na świecie wielkiej wojny, w której ludzie sami orężem zniszczyliby tyle żyć ludzkich, ile później unosiła

ta lub inną choroba zakaźna, zwana już to wielką śmiercią, już to morowym powietrzem, już to wprost pomorem.

Nie trzeba sięgać daleko w przeszłość, żeby się przekonać o słuszności tego. Przecież nawet w wielkiej wojnie światowej, pomimo, że narzędzia mordu były już znakomicie udoskonalone, od oręża we wszystkich armiach wojujących zginęło poniżej 10 milionów żołnierzy, a sama hiszpanka zabrała znacznie więcej ofiar. A oprócz hiszpanki panowała w tym samym czasie cholera, czerwonka i tyfus brzuszny, i wreszcie dobrze nam pamiętny i najbardziej w tej chwili obchodzący — tyfus plamisty.

II

NĘDZA, BRUD, WSZY, TYFUS PLAMISTY

Nie ma choroby zakaźnej, któraby tak ściśle była związana z nędzą ludzką, jak tyfus plamisty, zwany jeszcze durem plamistym, lub durem wysypkowym. W latach nieurodzaju, w czasach kiedy na ludzkość spadają wielkie klęski, jak trzęsienie ziemi, powódź lub posucha, a nade wszystko w okresie wojen zjawia się tyfus plamisty, jako nieodstępny towarzysz tych różnorakich i licznych nieszczęść ludzkich. I w latach pokoju najczęściej się z tą chorobą spotykamy tam, gdzie jest źle, gdzie ludzie ani jedzą jak należy, ani śpią po ludzku, gdzie człowiek nie żyje tak jak powinien. A więc jest go wiele w aresztach wszelkiego rodzaju, domach noclegowych i przytułkach, w przymusowych obozach pracy, wśród emigrantów i grup robotniczych, będących poza domem i źle wynagradzanych, nędznie żywionych, śpiących gromadnie na barłogu, ujmijmy to szerzej — wśród ludzi biednych, opuszczonych, zaniedbanych i brudnych. Nic więc dziwnego, *że tyfus ten nazywa się już to wojennym, bo zjawia się w czasie wojny, już to głodowym, bo w latach głodu jest go najwięcej, już to więziennym, bo w więzieniach najbardziej daje się we znaki.*

Przykładów nie potrzeba szukać daleko w przeszłości, ani poza granicami naszego kraju. Ludzie dojrzali dobrze pamiętają jeszcze Wielką Wojnę z przed 30-tu laty. Przechorowało wówczas w Polsce koło trzech milionów ludzi. Na wschodzie, gdzie były największe działania wojenne i z tego powodu powstało największe spustoszenie, leżały pokotem wsie i miasteczka i całe okolice, chorowali żołnierze i ludność cywilna, wymierały nieraz całe rodziny.

A co się działo w czasie powrotu Polaków z Rosji? Wszystkie drogi od dalekiej Syberii aż do naszej wschodniej granicy usiane są trupami zmarłych na dur wysypkowy, a punkty graniczne, gdzie zatrzymywano wszystkich repatriantów, żeby ich wykąpać, oczyścić, oddzielić chorych od zdrowych, tworzą jedno wielkie cmentarzysko. Były takie chwile, że w każdym wagonie, przybywającego ze wschodu pociągu, wyjmowano kilka trupów. Przybył np. razu pewnego do stacji Baranowicze taki pociąg, którym wyjechało z Uralu 2.000 osób, a przyjechało tylko 800. W tych samych Baranowiczach, które były największym punktem repatriacyjnym, zmarło na tyfus plamisty 182 lekarzy i personelu pomocniczego.

Wreszcie ostatnia wojna, której koniec obecnie przeżywamy. W czasie pokoju, to jest między 1920 i 1939 rokiem na terenie całej Polski chorowało rocznie na tyfus plamisty około 3.000 osób, a w najgorszym roku 1934 — 5.100. Kiedy w roku 1940 zaczęto przemocą wtłaczać Żydów do miast, a następnie urządzano zamknięte ghetta i stworzono nieludzkie warunki dla stłoczonej, głodnej i w zwierzęcy sposób prześladowanej ludności, wybuchła tam duża epidemia tyfusu, który stamtąd rozszedł się później po całym kraju.

Podobną rolę odegrały również obozy pracy, obozy koncentracyjne, obozy jeńców, w których panowały równie nieludzkie stosunki. Na obszarze Polski, zwanym Generalną Gubernią, liczącym w najlepszym razie połowę ludności dawnej Polski, zarejestrowali sami Niemcy w ciągu pięciu lat 158 tysięcy zachorowań, w rzeczywistości należy liczyć, że chorych było trzy razy więcej, a więc prawie pół miliona. Liczby te porównane z przedwojennymi, mówią same za siebie. Przeżyty dopiero co okres pod względem tyfusu plamistego przypomina najczarniejsze chwile z ubiegłej wojny, w rzeczywistości przewyższa je, bije swoją grozą.

Wspomnieliśmy przed chwilą, że po zakończeniu tamtej wojny tyfus plamisty nie wygasł w Polsce, corocznie bowiem mieliśmy około 3 tysięcy przypadków. Ale rzecz ciekawa: w województwach zachodnich — w Poznańskiem, na Pomorzu tyfusu plamistego nie było wcale, w Kongresówce niewiele, większość zaś, bo przeszło 4/5 całej liczby chorych przypadało na Kresy Wschodnie i na Małopolskę Wschodnią, a więc dzielnice najbiedniejsze, najmniej kulturalne. W dodatku dotknięta była tyfusem plamistym zawsze ludność najuboższa, roznosili zaś tę chorobę żebracy i włóczędzy, handlarze domokrążni, cyganie, bezrobotni, ludzie nie mający stałego zajęcia i wciąż podróżujący

i t. p. Przyczyna tego zjawiska, dlaczego tyfus plamisty szerzy się w wyjątkowych zawsze okolicznościach, przede wszystkim tam gdzie bieda, jest bardzo prosta: *gdzie jest bieda, tam jest zaniedbanie, ciasnota, brud, są wszy jedyne przenosicielki tej choroby. Gdzie nie ma wszy, nie ma i tyfusu plamistego.* Można się położyć do łóżka chorego na tyfus plamisty i przeleżeć, przespać z nim całą chorobę i nie zachorować, co zresztą robili lekarze, żeby się przekonać, czy tak jest naprawdę.

III

OD CZŁOWIEKA DO WSZY, OD WSZY DO CZŁOWIEKA.

Tyfusem plamistym zakaża się człowiek zdrowy zawsze od chorego, ale nie przez samo zetknięcie się z nim, tylko *przez wesz,* która jest pośrednikiem między człowiekiem chorym i zdrowym, przenosi zakażenie od jednego do drugiego. Dowodów, że wesz przenosi tyfus plamisty, mamy dużo. Między innymi znany lekarz francuski, który to wykrył, (Nicolle — czyta się Nikol) udowodnił to całemu światu, robiąc doświadczenia na małpach, najbardziej z pośród zwierząt ulegających ludzkich chorobom. Otóż brał on wszy z chorego człowieka i przenosił je na małpy. Małpy chorowały na tyfus plamisty podobnie jak ludzie. Przenosił dalej wszy z chorej małpy na zdrowe i powodował w ten sposób również u nich tę samą chorobę. Z małp przenosił dalej zakażone wszy na ludzi i wywoływał u nich tyfus plamisty. Potwierdzają ten pogląd także inne doświadczenia, którym się ludzie poddawali dobrowolnie, albo zarażali się przypadkowo — zakażenie następowało zawsze tylko przez wszy, które były na chorych. Bez wszy tyfus plamisty nie może powstać w żadnych okolicznościach. Zarazki tyfusu plamistego znajdują się we krwi człowieka dotkniętego tą chorobą, czego dowiódł na sobie przed kilkudziesięciu laty pewien lekarz Polak mieszkający w Rosji. Zastrzyknął on sobie większą ilość krwi chorego na tyfus plamisty, w następstwie czego sam zachorował i wyzdrowiał. Później inni lekarze robili podobne próby, zawsze z tym samym skutkiem. Wesz, ssąc krew zaraża się sama. Zarazki wraz z krwią przedostają się do jej jelita i tam się mnożą, a następnie wydostają nazewnątrz wraz z kałem wszy, w postaci czarnych kropek widocznych na bieliźnie.

Człowiek zdrowy zaraża się, albo przez ukąszenie wszy zakażonej, albo też przez wtarcie do krwi kału, w którym są zarazki. Wiadomo, że w czasie, gdy wesz kąsa, żeby się napić krwi, co czyni kilka razy w ciągu dnia, bo krew to jedyne jej pożywienie, wywołuje to swędzenie. Człowiek wówczas, chcąc nie chcąc, drapie się, a przy tym wciera kał wszy, zawierający zarazki, do krwi i to powoduje zakażenie. Można się wreszcie zarazić przez kał wszy zakażonej, jeżeli wraz z powietrzem przedostanie się do dróg oddechowych, to jest do tchawicy i płuc. Ten sposób zakażenia jest bardzo rzadki, ale spotyka się, w szczególności np. w pracowniach, gdzie robione są doświadczenia z tyfusem plamistym.

IV

TYFUS PLAMISTY TO CIĘŻKA CHOROBA

Po zakażeniu człowieka przez wesz, to jest po przedostaniu się zarazka do krwi, *choroba występuje nie zaraz*, lecz dopiero po pewnym czasie, kiedy zarazki się rozmnożą i rozwiną, a więc *po upływie 8 — 14 dni*, czasem i później. Choroba zaczyna się zwykle dość nagle wysoką gorączką, bólem głowy i dreszczami. Chory od początku cierpi na bezsenność i skarży się, że go łamie w kościach, mięśniach i stawach, że ma bóle w krzyżu, że jest jak połamany. Piątego czy szóstego dnia zjawiają się plamy czyli wysypka dość widoczna prawie na całym ciele. Dlatego tyfus ten nazywa się plamistym lub wysypkowym. Jednocześnie chory coraz bardziej słabnie, nie przyjmuje pokarmu, bredzi (stąd pochodzi nazwa dur, bo chory jest odurzony) czasem jest bardzo niespokojny, rzuca się, a nawet dostaje ataku szału i ucieka z łóżka, lub leży bezwładny i brudzi pod siebie.

Nie należy jednak szukać tych objawów u każdego chorego *i bez lekarza próbować określić, czy to jest tyfus plamisty czy nie.* Jak w każdej chorobie tak i w tej mogą być różne zmiany i odchylenia — raz choroba przejawia się w ten sposób, drugi raz w inny. Zresztą na tę samą chorobę każdy człowiek inaczej choruje i tylko lekarz może powiedzieć, czy to jest tyfus plamisty, czy inna choroba. W tyfusie plamistym najbardziej doświadczony lekarz ma niekiedy trudności z rozpoznaniem i chcąc się upewnić czy to naprawdę jest tyfus plamisty musi zbadać

krew chorego, w której, jak to zaznaczyliśmy, znajdują się zarazki.

Trwa dur plamisty mniej więcej dwa tygodnie lub nieco dłużej. Gorączka spada najczęściej tak jak i zaczyna się, to jest szybko, w ciągu jednego, dwóch dni. Po spadku gorączki, choć choroba pozornie się skończyła, niebezpieczeństwo nie minęło, gdyż mogą wystąpić liczne powikłania, prowadzące nawet do śmierci lub pozostawiające ślady w postaci różnych słabości na całe życie.

Na ogół *jest to choroba ciężka,* na którą średnio umiera co najmniej 10 proc., a jeżeli chodzi o osoby starsze o wiele więcej. Tak więc po 50-ce niebezpieczeństwo wzrasta o tyle, że z pośród chorych połowa ginie. Zdarzają się jednak i przypadki choroby bardzo łagodne. W szczególności dzieci chorują na tyfus plamisty lekko, czasem nawet nie kładą się do łóżka, przenosząc całą chorobę chodząc. Właśnie *te lekkie przypadki, a w szczególności chodzące, a chore dzieci, są bardzo niebezpieczne.* Chorując i bawiąc się z innymi dziećmi, chodząc w tym czasie do szkoły i załatwiając różne sprawy, stykają się one z wielu ludźmi i dlatego mogą nieświadomie spowodować wiele nieszczęść. Takie dziecko lekko tylko chore łatwo może być źródłem zakażenia, gdyż o wesz nie trudno, bo jeśli nie ma jej u tego dziecka, to znajdzie się ona u innego i narzędzie przenoszenia choroby gotowe.

W razie pozostawienia chorego w domu, zdrowi domownicy mogą przenieść chorobę do innych mieszkań, do warsztatów pracy, czasem przenoszą na inną wieś, nie raz bardzo odległą. Znane są przykłady przenoszenia w ten sposób tyfusu przez dzieci do szkoły. Oto jeden z nich. Na dwa lata przed wojną w jednej szkole na Wołyniu wybuchła duża epidemia tyfusu plamistego. Zachorowało jednocześnie przeszło 40 dzieci, a nikt ze starszych prócz nauczycielki. Po długich poszukiwaniach skąd to powstało, sytuacja się wyjaśniła. Stwierdzono, że dwunastoletnia dziewczynka fornala, uczęszczająca do tej szkoły, chodziła w odwiedziny do swej ciotki, jak później okazało się chorej na tyfus plamisty. Nabrawszy przypadkowo, zakażonych wszy od chorej, dziewczyna ta przeniosła je do szkoły, zarażając w ten sposób 40 innych dzieci. Wobec tego, że choroby od razu nie rozpoznano, dzieci te rozniosły ją po całej okolicy, gdzie po pewnym czasie przechorowało prawie dwa razy tyle osób dorosłych.

CHOREGO NA TYFUS TRZEBA UMIEŚCIĆ W SZPITALU I RZECZY JEGO ODWSZYĆ

Chorego na tyfus trzeba odesłać do szpitala. Wiemy już, że tyfus plamisty jest chorobą bardzo ciężką. Chory co najmniej przez kilka dni walczy ze śmiercią. Wymaga on wiedy nie tylko bardzo troskliwej i umiejętnej opieki, o co w domu nie bardzo łatwo, lecz i stałego nadzoru lekarskiego.

Wyobraźmy sobie, że choroba przebiega pomyślnie, lecz w pewnej chwili przestaje działać serce. Trzeba ten moment uchwycić jak najwcześniej i natychmiast zastosować takie środki, które pobudzą serce do działalności. Albo w jakimś momencie niespodziewanie zupełnie zaczyna się dziać coś niedobrego w płucach, lub w innym narządzie powstaje jakieś powikłanie, które trzeba opanować. Kto w domu w porę spostrzeże i będzie wiedział co zrobić, żeby chory dał sobie z tym radę? Nikt. A jeśli lekarz przyjdzie nawet po dwóch — trzech dniach, nie będzie w stanie wiele zrobić, bo to już za późno. W takim stanie chorego każdy drobiazg ma swoje znaczenie, każda godzina opóźnienia z pomocą choremu, może się odbić fatalnie na jego życiu, w każdym razie na jego dalszym zdrowiu, bo żadne powikłanie nie przechodzi bez śladu.

Umieszczenie chorego w szpitalu jest konieczne i ze względu na bezpieczeństwo pozostałych w domu członków rodziny, sąsiadów, nawet wsi lub całego miasteczka. Jest to choroba łatwo udzielająca się, wszyscy ludzie są na nią wrażliwi. Zawsze się też może zdarzyć, nawet w najporządniejszym domu, że ktoś — swój lub obcy — przyniesie wesz na ubraniu i już prosta droga do rozpowszechnienia tyfusu. Tylko jak najwcześniejsze odesłanie chorego do szpitala zapewnia nas, że choroba już się nie rozszerzy. Do czasu zaś odesłania chorego do zakładu leczniczego nawet gdybyśmy nie mieli pewności, lecz tylko przypuszczali, że to jest tyfus plamisty, nie należy wpuszczać nikogo obcego do izby w której leży chory, nigdy też nie chodzić do mieszkań, w których leżą tacy chorzy.

Trzeba jednak pamiętać, że nie chory sam jest zakaźny, tylko wesz, która była na nim i ssała jego krew. Dlatego odzież, bielizna i pościel, których używał chory, po przeniesieniu go do szpitala, muszą być zupełnie wolne od robactwa, nawet od gnid. Takie doszczętne wyniszczenie wszy, gnid, mogą przeprowadzić

tylko specjalnie wyszkoleni dezynfektorzy. Niszczenie zarazków zwiemy odkażaniem albo dezynfekcją, niszczenie owadów, przenoszących zarazki, zwie się dezynfekcją, niszczenie zaś samych wszy — odwszawianiem. Domowym sposobem można wyniszczyć łatwo wszy, znajdujące się na rzeczach, które można wygotować, bo gotowanie zabija wszy. Gotować zawsze bieliznę należy co najmniej 10 — 15 minut, dodawszy uprzednio do wody trochę sody.

Bez trudu można usunąć wszy z głowy. Wystarczy wysmarować na noc głowę naftą, albo sabadyllą, a rano wymyć dobrze ciepłą wodą z mydłem. W razie potrzeby można powtórzyć ten zabieg parokrotnie. Naturalnie włosy nawet u dziewczyny zawszonej należy obciąć, a u chłopców zawsze strzyc włosy na krótko.

Dla wyniszczenia wszy w odzieży można oprócz wspomnianego już wyżej gotowania z dobrym skutkiem stosować prasowanie gorącym żelazkiem, szczególnie wzdłuż szwów, fałd i zmarszczek. W wyjątkowych okolicznościach, jeżeli nie ma dezynfektorów, można zawszoną odzież włożyć do pieca po chlebie na godzinę do dwóch. Temperatura w piecu nie może wynosić ponad 80 stopni, co się poznaje po tym, że włożony do pieca biały papier nie żółknie od nadmiernego ciepła, nie może być jednak zbyt niska, ścianki pieca muszą rękę mocno parzyć. Rzeczy zaś, na których mogą być wszy, których nie można włożyć do pieca np. skóry, najlepiej wymyć 5 proc. roztworem krezolu lub karbolu. Wreszcie rzeczy zawszone można zawiesić gdzieś na strychu na okres co najmniej dwóch — trzech tygodni, gdyż wesz bez krwi ludzkiej dłużej żyć nie może. W kale wszy zarazki mogą jednak żyć dłużej.

Po zabraniu chorego do szpitala powinien przybyć na miejsce dezynfektor, któremu należy pracę ułatwić, przede wszystkim trzeba oddać w jego ręce te rzeczy (tkaniny), których chory używał, lub z którymi się stykał. Dobrze przeprowadzone odkażanie rzeczy nie niszczy, skrywanie zaś nie raz już pociągało za sobą smutne następstwa. Taki wypadek miał miejsce w ostatnim roku przed wojną w województwie białostockim. Zdarzyło się, że po śmierci chorego na tyfus plamisty, rodzina schowała przed dezynfekcją pościel, przeniósłszy ją do stodoły. Po paru dniach wyciągnięto z sąsieka dwie poduszki, pierzynę i wzięto je do użytku pozostałych członków rodziny. Niestety obie siostry zmarłego, które spały pod dobrze schowaną przed dezynfekcją pierzyną, zachorowały już pod koniec drugiego tygodnia, a po tygodniu jedna z nich zmarła. Na tym się nie skończyło. Od chorych dziewcząt zaraziła się ich przyjaciółka, która je od-

wiedziała w czasie choroby, a ta dziewczyna swoją matkę i młodszą siostrę. Na szczęście wszystkie trzy wyzdrowiały i choroba dalej się nie rozeszła.

Przy przewożeniu chorego tyfusowego należy zachować wszelkie ostrożności, żeby się nikt nie zaraził, a więc przewozić go w ten sposób, żeby się z nikim obcym nie stykał. Chorego trzeba naturalnie ciepło przykryć, ale koc czy kożuch, czy pierzyna, czy cokolwiek innego, czym on był przykryty, przed oddaniem do użytku muszą być wolne od wszy, to jest poddane dezynsekcji. Naturalnie i ten, kto wiózł chorego, może być tak samo zakażony i jego więc rze[illegible] muszą być odkażone.

VI.

CZYSTOŚĆ CIAŁA I HIGIENA ODZIEŻY CHRONIĄ PRZED TYFUSEM PLAMISTYM

Gdzie nie ma wszy, tyfus plamisty nie może powstać — oto myśl przewodnia, którą stale powinniśmy pamiętać. Żeby więc uniknąć tyfusu plamistego, nie należy dopuścić do zawszenia, wszy zaś są ściśle związane z brudem, tak samo jak żaby z błotem. I żaby nie powstają z błota, ale najlepiej się czują w błocie, tak samo jak wszy w brudzie, co trzeba mieć na względzie.

Z badań i doświadczeń, których tu bliżej nie omawiamy, wiadomo, że *głównym przenosicielem tyfusu jest wesz odzieżowa.* Żeby nie dopuścić do zawszenia odzieży, trzeba przede wszystkim lekko się ubierać, nie nosić na sobie zbyt wiele, ani porządnej odzieży, ani nędznych gałganów. Można zdaje się powiedzieć bez obawy i przesady, *że biedni ludzie noszą na sobie odzieży znacznie więcej niż potrzeba.* Tłumaczy to nie jeden w ten sposób, że nie mogąc sobie pozwolić na jedną, dobrą, ciepłą odzież, musi mieć dużo byle jakiej. W rzeczywistości jest jednak inaczej. Zwykle jest to tylko złe przyzwyczajenie, które zwykle zbyt troskliwe matki wpajają w dzieci od małego. Często dziecko wysłane do szkoły ma niepotrzebnie kilka skór na sobie i jeśli nawet jest to wszystko czyste, tego jest za dużo. Takie dziecko łatwo się poci, łatwo zaziębia i łatwo u niego się lęgną wszy. To samo często robią ludzie starsi, nadaremnie bojąc się zaziębienia. Tymczasem wiadomo, że najczęściej zaziębiają się ludzie, którzy się ubierają za ciepło.

Poza tym *człowiek powinien odzież szanować, nigdy jej nie rzucać do kąta i nigdy nie spać w odzieży lub pod odzieżą*, a w miarę możności na noc kłaść inną koszulę, nie tę, w której chodzi cały dzień.

Tu trzeba podkreślić jak najmocniej, że sama czystości ciała nie wystarcza. Choćby się człowiek kąpał codziennie, jeśli nie będzie nosił na sobie czystej bielizny, nie czyścił i wietrzył ubrania grozi mu zawszenie. Wiemy dobrze z czasów przedwojennych, że na Kresach Wschodnich miejscowa ludność mająca łaźnie. często myła całe ciało, częściej kąpała się niż gdzieś w Poznańskiem. Tym nie mniej było tam o wiele więcej wszawicy niż w Poznańskiem i był tyfus plamisty, którego Poznańskie nie miało.

Weźmy inny przykładw dotyczący wojska. I w czasie pokoju i w okresie wojny żołnierze myją się i kąpią od czasu do czasu, bo żołnierza dopilnują, a jeśli nawet nie ma chęci, zmuszą go do porządnego wymycia się, do pójścia do łaźni. A jednak pamiętamy z czasów tamtej wojny i obecnej, że żołnierze, nawet bardzo lubiący czystość, bywali nie raz zawszeni, że robactwo wprost łaziło po nich. Przy tym w mniejszym lub większym stopniu przytrafiało się każdemu — i żołnierzowi i oficerowi, który parę tygodni był w marszu, który znajdował się przez dłuższy czas w polu, lub siedział w okopach. Powód bardzo prosty: w drodze bywa się w różnych mieszkaniach, czasem i zawszonych, w polu w okopach śpi się i siedzi obok ludzi, z których nie jeden ma na sobie robactwo, nikt więc w takich okolicznościach nie ma możności uchronić się przed tym, żeby jaka przypadkowa wesz nie dostała się do niego, choćby był najbardziej ostrożny i starał się zachować największą czystość.

A mnoży się wesz niewiarogodnie szybko. Podobno jedna parka w ciągu trzech pokoleń, jeżeli ma zapewnione odżywianie i nie napotyka żadnych przeszkód, może dać około ćwierć miliona nowych wszy. W takich okolicznościach, kiedy człowiek nie zmienia bielizny, nie czyści, nie trzepie i nie wietrzy ubrania, śpi w ubraniu albo pod ubraniem, nie myje się porządnie, zawsze mu grozi, że będzie zawszony, nie dziś to jutro. Dlatego obecnie mamy tak dużo zawszenia wśród naszej ludności i na wsi i w mieście. Żeby tę sytuację opanować, potrzebne nam jest nie tylko mydło, bielizna, pościel i odzież, lecz wszystkie te rzeczy muszą być jeszcze utrzymywane w należytym porządku, potrzebna więc jest jeszcze dobra wola i uświadomienie.

VII

WSPÓLNYMI SIŁAMI POKONAMY TYFUS PLAMISTY

Co zrobić, aby dur plamisty, obecnie występujący w różnych miejscach Polski, opanować i nie dopuścić do rozszerzenia się, a następnie wykorzenić doszczętnie, — to wielkie pytanie. Odpowedź na nie jest prosta: tego może i powinien dopiąć tylko wspólny, zgodny wysiłek Służby Zdrowia i wszystkich obywateli. Obywatele bez lekarzy, szpitali i całej Służby Zdrowia nie pokonają tyfusu plamstego, Służba Zdrowia znowu rozporządzając nawet wszystkimi lekarzami, bez czynnego współdziałania samych obywateli też nie osiągnie pożądanego skutku. Musimy iść wspólnie, ale jak? Zacznijmy od obywatela.

Każdy musi się starać, żeby nie miał wszy, a każdy dobrze wie co do tego potrzeba — czystość ciała, higiena odzieży i pościeli. Ale każdy z nas może przypadkowo kilka wszy „złapać", a każda wesz może być zakażona. Najłatwiej się zakazić przez zetknięcie się z chorymi lub z osobami z ich otoczenia. Mówiliśmy już poprzednio, jak postępować z chorymi na tyfus plamisty. Stosując się do tych wskazówek, unikniemy zakażenia. Następnie grozi nam zakażenie wszędzie, gdzie są ludzie brudni i zawszeni. Każde zetknięcie się z takim środowiskiem przedstawia pewne niebezpieczeństwo. Dwie możliwości trzeba wziąć pod uwagę: a) my odwiedzamy ludzi, którzy mogą być zawszeni; b) ludzie zawszeni przychodzą do nas.

Naturalnie zawszonych ludzi nie brak w dzisiejszych czasach. Mogą nas „obleźć" wszy i na zebraniu i w urzędzie i w kościele i w domu ludowym i w każdym obcym źle utrzymanym mieszkaniu. W miarę możności *trzeba też unikać sal natłoczonych ludźmi, domów brudnych i niechlujnych.* Nade wszystko jednak należy unikać podróży i jeśli nie zmuszają nas okoliczności nie jeździć.

Dziś, siadając do wagonu, mamy często obok siebie człowieka, który znajduje się w drodze trzy — cztery dni, albo i dłużej i przez ten czas nie ma możności zdjąć z siebie ubrania i wymyć się porządnie. O wesz u takiego człowieka nie trudno, a na skutek ciasnoty, z zawszonego łatwo robactwo przejdzie na wszystkich obok sąsiadów. Jeżeli zaś twarda konieczność zmusi nas do podróży, trzeba w drodze, w czasie pobytu poza domem unikać spania obok obcych ludzi, trzeba unikać łóżek i pościeli, używanych poprzednio przez inne osoby.

Druga możliwość — ktoś obcy przynosi nam wszy do mieszkania. Tu niebezpieczeństwo czyha na każdym kroku. Tyle dziś obcych ludzi puka do naszych drzwi, ludzi naprawdę potrzebujących, że odgrodzić się od tego niebezpieczeństwa trudno. Jak tu odmówić łyżki strawy i kąta w izbie człowiekowi, którego los okrutnie doświadczył i zrobił z niego nędzarza. Być może, iż pomimo najtrudniejszych warunków, jest to człowiek czysty, wolny od robactwa i zdrowy, ale może on być również brudny, zawszony, niosący z sobą chorobę. Jak tu odróżnić w dzisiejszych czasach zawodowego łazika od biedaka przypadkowo potrzebującego pomocy? Nie chcąc prawdziwie potrzebującemu wyrządzić krzywdy, musimy w tym wyjątkowym czasie w miarę możności każdego przyjąć, ograzać, nakarmić. Trzeba jednak zachować środki ostrożności.

Obcego człowieka trzeba zawsze umieścić oddzielnie, jeśli daliśmy mu siennik lub coś do przykrycia, trzeba to następnie dobrze przejrzeć, natychmiast dobrze wyczyścić, a jeśli się daje prać to i wyprać. Nie mówię już o tym, że obcego człowieka nie można kłaść obok siebie, swoich dzieci i innych członków rodziny. Znany jest przypadek z przed kilkunastu laty na Lubelszczyźnie, gdzie w biednej rodzinie włościańskiej przyjęto podróżną kobietę do domu, bo jej nikt inny we wsi przyjąć nie chciał. Wiadomo, że najbiedniejsi najchętniej się dzielą z innymi, bo najlepiej cudzą biedę rozumieją. Wobec braku wolnej pościeli, położono tę podróżną do łóżka, gdzie spały córki gospodarza. W następstwie po dwunastu dniach zachorowała jedna córka, po piętnastu druga, a od nich tyfus plamisty rozszedł się po całej wsi. Podobnych przykładów mamy wiele. A oto dwa bardzo ciekawe.

W roku 1938 w woj. kieleckim wybuchła duża epidemia tyfusu plamistego. W ciągu trzech dni, od 9 do 12 grudnia zachorowały nagle w miejscowości Chęciny 34 osoby. Chorowali tylko dorośli mężczyźni Żydzi. Lekarze stwierdzili tyfus plamisty. Zaczęto szukać źródła tej choroby. Okazało się, że wszyscy ci mężczyźni — to chasydzi, którzy chodzili do jednego domu modlitwy z dwunastu istniejących w Chęcinach. W tymże domu modlitwy przebywał przez szereg dni i nocował Icek Dukat, włóczęga niedorozwinięty umysłowo. Przebywał on jakąś gorączkową chorobę, której jednak nikt nie określił, bo chory przebył ją przenosząc się z miejsca na miejsce i nocując przeważnie w bożnicach, jak to było w zwyczaju w małych osadach żydowskich. Później zachorowały w Chęcinach jeszcze cztery osoby. Prawie jednocześnie zachorowały na tyfus 2 osoby w Sobkowie i dwie w Jędrzejowie. W obu tych miejscowościach przebywał

Icek Dukat. Nieco później, bo między 15 a 20 grudnia zachorowało 27 osób w 18 mieszkaniach w Wodzisławiu. Chorowali również sami Żydzi, tym razem mężczyźni i kobiety w różnym wieku. Okazuje się, że w większości tych domów przebywał Icek Dukat, a w niektórych nocował. Wreszcie w Miechowie między 21 a 26 grudnia zachorowało 18 osób; chorowali też Żydzi, u których przebywał tenże Dukat. Wobec tak groźnego przebiegu epidemii zaczęto szukać winowajcy: wciągnięto do poszukiwania policję i po krótkim czasie sprowadzono Dukata do szpitala. Okazało się, że był bardzo zawszony. Stwierdzono również, że przebył on niedawno rzeczywiście tyfus plamisty. Ostatecznie sprawdzono wszystkie miejsca jego pobytu i obliczono wszystkich chorych. Z pośród ludności żydowskiej, stykającej się z Dukatem, zachorowało 125 osób (sami Żydzi, jeden tylko chrześcijanin), z nich zmarło 11.

Drugi przykład jest nie mniej pouczający. W grudniu 1937 roku zachorowało w krótkim przeciągu czasu w kilku miejscach powiatu stopnickiego 42 osoby. Przyczyny najpierw nie można było znaleźć, po pewnym jednak czasie sprawa się wyjaśniła. W drugiej połowie listopada przebywała w tych okolicach znana rodzina żebracza Stanisława Pokropka, składająca się z 3-ch osób — męża, żony i dziewięcioletniej dziewczynki. Wszyscy oni chorowali na tyfus plamisty, ale widocznie dość lekko, bo trochę leżeli po ludziach, trochę chodzili. Większą część choroby przebyli oni w miejscowości Ryczynów gm. Sączytnickiej. Wobec tego, że nikt ich nie chciał dłużej przetrzymywać, zwrócili się oni jako chorzy do gminy w Szczytnikach. Tu zaczęła się kancelaryjna pisanina. Zarząd tej gminy odesłał ich do gminy przynależności, to jest do Szczaworyża. Zarząd gminy w Szczaworyżu skierował ich do szpitala w Stopnicy. Ale w międzyczasie w ciągu tych zbyt długich wędrówek choroba drogą naturalną skończyła się i to pomyślnie. Cała więc rodzina pozostała w okolicy, włócząc się nadal od chałupy do chaty, ze wsi do wsi, zatrzymując się tu na nocleg, tam na posiłek. Wobec tego, że wszędzie zostawiali za sobą ślady w postaci chorych na tyfus plamisty, przyłapano ich w końcu i wzięto do szpitala, odwszono i nieszkodliwych dopiero wypuszczono w świat.

Zastanowiwszy się głębiej nad tymi przykładami, należy rozważyć, co człowiek powinien zrobić, żeby postępowanie jego było ludzkie i żeby się na chorobę nie naraził nie tylko dziś, kiedy okoliczności są wyjątkowe, lecz i w najbliższej przyszłości. Nie ma na to jakiejś jednej rady, która by rozwiązała tę sprawę radykalnie i natychmiast. Możemy tylko ogólnikowo zaznaczyć, w jakim kierunku muszą iść zgodnie — z jednej strony całe spo-

łeczeństwo, z drugiej władze gminne, powiatowe i wyższe, żeby zło tymczasem zmniejszyć, a w przyszłości wyrwać z korzeniami.

Najpierw więc powinniśmy wypowiedzieć bezwzględną walkę zawodowemu żebractwu i włóczęgostwu. Po powrocie wszystkich uchodźców i wysiedlonych do miejsca zamieszkania, nie powinno być na naszych drogach ludzi opuszczonych i bezdomnych. O biednych, którzy nie mogą sami na chleb zarobić, muszą się troszczyć ich rodziny, a jeśli ktoś najbliższej rodziny nie ma, albo rodzina jest niezdolna do utrzymania bliskiego im kaleki czy starca, musi ten obowiązek wziąć na siebie gmina. To jest jedyna droga do usunięcia zawodowych żebraków — tej istnej plagi naszego kraju.

Zobojętnieliśmy na wiele rzeczy, które się koło nas dzieją, stwardniały nam serca na okrucieństwa, bo było ich zbyt wiele, ale łazików, śpiewających patriotyczne piosenki lub płaczliwym głosem żebrzących litości, podtrzymujemy, uważając to niemal za obowiązek narodowy. Nie chciałbym, aby mnie czytelnicy posądzili o brak serca, współczucie dla niedoli bliźniego to najpiękniejsza, najbardziej ludzka cecha, ale co innego współczucie, a co innego popieranie ludzi, którzy nie chcą pracować, bo żebranina więcej daje. Doświadczenie mówi, że z 10 wyciągających do nas rękę po datek co najmniej 7 albo 8 to próżniaki lub oszuści, w najlepszym razie pozostaje dwóch naprawdę pomocy ludzkiej potrzebujących i na nią zasługujących, są to ci, którzy pracą nie mogą zdobyć kawałka chleba. Pozostałym trzeba dać pracę za godziwe wynagrodzenie, a pracy w Polsce jest więcej niż do niej rąk!

Druga, bardzo ważna rzecz, na którą należy zwrócić uwagę w chwili obecnej, to *handel starą odzieżą.* Z tej strony grozi nam duże niebezpieczeństwo. Ze wszystkich zakątków kraju mamy wiadomości, że tą drogą często szerzy się zaraza. Wiadomo, jak duże epidemie np. w siedleckim powstały na skutek handlowania odzieżą po zmarłych w obozach jeńcach rosyjskich, jak również w okolicach wszystkich większych miast przez odzież wywożoną z zarażonych dzielnic żydowskich, a w szczególności Warszawy.

Oto jeden przykład. Jeszcze w 1940 roku, kiedy handlarze mogli się swobodnie poruszać, do małego miasteczka pod Warszawą przyniósł taki handlarz sporo różnej starzyzny, którą sprzedawał chłopom. Trzeba trafu, że te części ubrania, które sobie jeden chłop kupił pochodziły po zmarłym na tyfus plamisty. Wystroił się gospodarz w takie spodnie, ale w niespełna

trzy tygodnie zachorował na tyfus. plamisty, a po miesiącu już nie żył. Przez tę odzież zaraziło się jeszcze 5 osób, które nabyły różne sztuki ubrania od owego chłopa. W podobny sposób w innych miejscowościach przez rzeczy przygodnie kupione zarażały się nieraz całe rodziny.

Znane są też przypadki zarażenia tyfusem plamistym przez odzież, daną w prezencie po zmarłym, różnym członkom rodziny. Kupując więc jakąś sztukę ubrania, zwaną przechodzoną, bądźmy ostrożni, a otrzymując coś w spadku przekonajmy się zawsze, czy ta rzecz nie jest zarażona. Każdą taką rzecz trzeba wyprać, jeśli się daje, wyczyścić, wywietrzyć, wyprasować. Zresztą lepiej czasem chodzić w starej własnej odzieży, niż stroić się w coś co jest tanie, ale co może przynieść z sobą chorobę, a nawet śmierć.

Teraz co należy do państwa lub do gminy w walce z tyfusem plamistym.

Do państwa należy przede wszystkim rejestrowanie wszystkich chorych na tyfus plamisty i roztoczenie nad każdym przypadkiem takiej opieki, żeby innych nie zakażał. Żeby spełnienie tego obowiązku państwu ułatwić, powinniśmy każde podejrzenie tyfusu plamistego zgłosić już to wprost do lekarza powiatowego, już to za pośrednictwem ośrodka zdrowia lub gminy. Następnie *państwo musi każdemu choremu zapewnić bezpłatny pobyt w szpitalu*, dając mu tam utrzymanie i fachową opiekę lekarską. Tu nie może być żadnych różnic między biednym a bogatym, każdy bowiem musi być wzięty do szpitala, każdy powinien otrzymać to samo.

Po zabraniu chorego z ramienia władz, przybywa *kolumna dezynfekcyjna, która ma na celu odwszenie całego mieszkania i wszystkich rzeczy, które się tam znajdują.* Niekiedy trzeba to samo zrobić i w mieszkaniach sąsiednich, żeby zaraza się nie rozszerzyła. Może wprawdzie ktoś powiedzieć, że choć u niego w domu był chory, zaraził się on przez wesz gdzieś przypadkowo poza domem, bo w domu wszy nie ma. To jest możliwe, ale i w tym wypadku zarazki tyfusu plamistego mogą pozostawać w mieszkaniu i dezynfekcję przeprowadzić trzeba. Tu również potrzebne jest nasze współdziałanie, o czym pisaliśmy, omawiając konieczność umieszczenia chorego w szpitalu.

Wreszcie *władze urządzają kąpieliska* przeznaczone do kąpania i mycia się całej ludności. Przy tych kąpieliskach mogą być i aparaty dezynfekcyjne. Obowiązkiem wszystkich obywateli jest popieranie tej działalności słowem i czynem. Przede wszystkim z kąpielisk wszyscy powinni chętnie korzystać, nie

czekając aż nakaże sołtys lub policjant. *Kąpieliska powinny być przez gminy zaopatrzone w opał, mieć wodę do rozporządzenia i niezbędną pomoc.* Również ośrodki zdrowia prowadzą czynną i bardzo pożyteczną akcję w zwalczaniu tyfusu plamistego. Gminy powinny ich działalność ułatwić, zapewniając im jak najlepsze warunki pracy, nigdy zaś nie zajmować ich budynków na żadne inne cele, nawet najbardziej pożyteczne.

Można by również postawić pytanie, czy nie ma szczepionki uodparniającej przeciwko tyfusowi plamistemu, a jeżeli tak, to czy nie można by jej zastosować, zabezpieczając w ten sposób całą ludność przeciw zakażeniu. Musimy to wyjaśnić szerzej. Każdą chorobę zakaźną wywołują inne bakterie i dlatego przeciw każdej chorobie zakaźnej musi być używana inna szczepionka. Jeżeli ktoś się zaszczepił przeciw durowi brzusznemu, nie chroni go to wcale od duru plamistego, jak sobie często mylnie tłumaczą ludzie nieuświadomieni. Mamy jednak szczepionkę i przeciw durowi plamistemu, ale otrzymanie jej jest bardzo trudne i kosztowne.

Szczepionkę tę przygotowuje się z zakażonych wszy, wesz zaś zakaża się w ten sposób, że każdej oddzielnie robi się lewatywkę, przy tym karmić tę wesz musi przez cały czas człowiek własną krwią (po prostu pozwolić jej kąsać siebie i ssać krew), bo innego pokarmu ona nie uznaje. Nieprawdą jest; że wesz żywi się brudem. Później z tej zakażonej wszy wyciąga się jelito, rozciera je i z tego powstaje szczepionka, którą się zastrzykuje człowiekowi pod skórę. Potrzebne są jelita z setki wszy, żeby zaszczepić jednego człowieka! Policzmy więc sobie, ile to potrzeba było by wszy, ile ludzi musiało by je zakazić, karmić i robić z nich szczepionkę, żeby można było zaszczepić całą ludność. Jasnym więc jest, dlaczego tę szczepionkę stosuje się tylko w wyjątkowych okolicznościach, dla ludzi szczególnie narażonych na zakażenie. *Lepiej zresztą pozbyć się wszy i przez to tyfusu plamistego,* niż żyć z wszami, lecz przez zaszczepienie uwolnić się od choroby.

VIII.

BUDUJEMY POLSKĘ BEZ TYFUSU PLAMISTEGO

Koniec wojny nie oznacza jeszcze, że minęło całkiem niebezpieczeństwo chorób nagminnych, a w szczególności tyfusu plamistego. Miliony ludzi musi wrócić do kraju, miliony żołnierzy

i repatriantów różnych narodowości przejdą przez Polskę w jedną i w drugą stronę. W kraju powstały wielkie zniszczenia, wytworzyła się niewiarygodna ciasnota mieszkaniowa, całe masy ludzi mieszkają kątem, jak ptaki na gałęzi — dziś tu, jutro tam, rzadko po ludzku. Wiele ludzi nie ma co włożyć do ust, a jeszcze więcej nie posiada dostatecznego ubrania, koszuli na zmianę, nie ma się czym przykryć, ma nawet trudności w upraniu bielizny, w porządnym umyciu się. W tych warunkach będąc, nie możemy uważać, że groza chorób zakaźnych jest za nami, raczej należy patrzeć w najbliższą przyszłość z obawą. Musimy być przygotowani do odparcia i tego wroga.

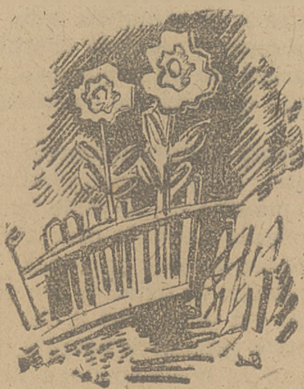
W ciągu najbliższego roku, a nawet dwóch, będziemy jeszcze musieli tłumić ogniska tyfusu plamistego tam, gdzie się pokażą. Ale powiedzmy sobie, że to jest już po raz ostatni w naszych dziejach, gdyż musimy wytworzyć takie warunki, żeby w przyszłości dla tyfusu nie było więcej miejsca. Wykorzeniły go u siebie całkowicie wszystkie kraje zamożniejsze i bardziej kulturalne, jak Anglia, Holandia, Szwecja, Dania, ogólnie biorąc — cała zachodnia Europa, wykorzenimy i my.

Tyfus plamisty jest chorobą, której można się naprawdę pozbyć. Widzimy to wyraźnie na przykładzie naszego własnego kraju, widzimy nawet na wielkim spadku zachorowań, jakie osiągnęliśmy w ciągu 20 lat naszej niepodległości. Przecież wystarczy tylko wykorzenić hańbiące człowieka robactwo, a nie będzie tyfusu. Można umrzeć z głodu, jeżeli się jednak nie ma wszy, tyfus plamisty nie powstanie. A wiadomo, że wszawica wcale nie jest konieczna, nawet tam, gdzie jest bieda. Trzeba tylko naprawdę tak wychować nasze społeczeństwo, żeby ono nie tylko rozumiało, że każda wesz może przynieść chorobę, ale żeby jednocześnie odczuwało odrazę do tych pasożytów, choćby one nie groziły chorobą. Dotąd niestety nie zawsze tak jest.

Tymczasem wiemy z doświadczenia, że matka wezwana do szkoły i upomniana, żeby doprowadziła dziecko do porządku, nieraz obraża się, mówiąc — „U mnie tam w domu wszy nie ma, a że z drugiego dziecka na moje przeszło, to pani zaraz dziecko do domu odsyła, to się nazywa porządek". Albo jeszcze gorzej — „A co to panią obchodzi co dzieciak ma na głowie, niech się pani zajmuje tym, co on ma w głowie! A jak pani interesuje się, czy jest czyste i czy ma w porządku koszulę, to niech pani da na to". Zgódźmy się z tym, że uświadomiona Polka tak mówić nie powinna, nawet jeśli w domu panuje niedostatek i bieda. Nauczycielka, która się sprawami zdrowia interesuje, dobrze spełnia swój obowiązek wychowawczyni.

Spotyka się także niewiarygodne przesądy pod tym względem. Tak nie raz słyszy się nawet od dość światłych matek, że bez wszy się dzieciak nie wychowa, a spotkaliśmy raz gdzieś w małym miasteczku na Kujawach taką kobiecinę, która dowodziła nam, że „sam cesarz austriacki miał dwie — samca i samicę na rozplenienie". Naturalnie, ludzi, którzy by takie bajki powtarzali, wierzyli w nie, jest coraz mniej, nawet w najciemniejszych, zapadłych kątach kraju, a wkrótce nie będzie ich wcale.

Teraz więc musimy zakasać rękawy i wziąć się do roboty o lepsze jutro. Budujemy Polskę, w której może nie wszyscy ludzie będą bogaci, ale w której najbiedniejsi będą żyli po ludzku, a jednocześnie będą tak wychowani i uświadomieni, że nie dopuszczą do wszawicy. Nie będzie takiego zakątka w kraju, takiej zapadłej wsi, w której by dzieci odsyłano do domu z powodu wszawicy, bo żadna matka nie zaniedba tak własnego dziecka. Nie będzie nigdzie żebraków i włóczęgów, roznosicieli robactwa i zarazy, bo naprawdę biednymi i bezradnymi musimy się zaopiekować, a próżniaków zmusimy do pracy. Kilka — kilkanaście lat pracy pokojowej wystarczy nam na to. W niedługim czasie dojdziemy do takiego stanu, że jeżeli gdzieś w wyjątkowo zaniedbanej rodzinie zdarzy się wypadek tyfusu plamistego, będzie to naprawdę tylko przypadek, z którego nie powstanie epidemia choroby, będącej plamą na kulturze ludzkości. Zbudujemy Polskę bez tyfusu plamistego!





CHOROBY Z NIECZYSTOŚCI LUDZKICH

I.

NIECZYSTOŚCI LUDZKIE WYWOŁUJĄ CHOROBY ZAKAŹNE

Istnieją choroby zakaźne, z którymi borykanie się jest trudne, choroby, z którymi najumiejętniej prowadzona walka nie daje pewności, że pozbędziemy się ich całkowicie. Te choroby są prawie jednakowo rozpowszechnione w krajach kulturalnych i niekulturalnych.

Istnieją choroby, których rozpowszechnienie zależne jest całkowicie od uświadomienia i woli ludzkiej. Te choroby są rzadkie w krajach kulturalnych, jest ich wiele w krajach niekulturalnych. Do tej grupy należą przede wszystkim choroby, związane z brudem, właściwym tylko narodom niekulturalnym.

Naturalnie ludzie kulturalni są czyści pod każdym względem. Wystrzegają się wszelkiego brudu, lecz dla szerzenia się chorób zakaźnych nie każdy brud ma to samo znaczenie. Można by np. wysmarować się od stóp do głów błotem z torfowiska i choć wy-

glądał by wtedy człowiek cały czarny jak diabeł nie zapadł by z tego powodu na żadną chorobę. W tej ziemi torfiastej bakterii jest dużo, lecz nie są to bakterie wywołujące choroby zakaźne. O wiele gorzej jest, gdy człowiek styka się z nawozem zwierzęcym (bydła, trzody, drobiu), bo z tego źródła mogą już powstać niektóre, choć nieliczne i niezbyt ciężkie zakażenia. Prawdziwe jednak niebezpieczeństwo przedstawiają dla człowieka dopiero jego własne nieczystości, skąd pochodzi wiele najcięższych chorób zakaźnych, przede wszystkim zaś *dur brzuszny, czerwonka i cholera.*

Zwierzę najadłszy się, załatwia po chwili tuż obok potrzebę naturalną. Niestety, są jeszcze ludzie, którzy od tego stanu niezbyt daleko odeszli. Mamy ich niemało zarówno w miastach jak i na wsi i w ostatnich czasach jest pod tym względem coraz gorzej. Wszędzie niemal ludzie nawet porządnie ubrani, z pozoru kulturalni, a w rzeczywistości na pół dzicy, zanieczyszczają wokoło siebie każdą piędź ziemi własnymi wydalinami.

W miejscowości zanieczyszczonej ludzkimi wydalinami wymienione choroby czyhają na człowieka ze wszystkich stron. Najmniejsze, nawet niewidoczne zanieczyszczenie kałem ludzkim lub moczem tego, co się niesie do ust, może spowodować śmiertelne schorzenie. O przykłady nie trudno.

Weźmy dla porównania z jednej strony kraje zamożne i kulturalne, jak Dania, Holandia, z drugiej narody wschodnie biedne i o kulturze wiedzące tyle, co ze słyszenia. Wśród pierwszej grupy narodów choroby zakaźne z brudem związane są bardzo rzadkie, wśród drugich nie wygasają nigdy. Naturalnie, mówiąc brud, w tym przypadku mamy na myśli nieczystości ludzkie.

Zresztą i najkulturalniejsze narody zachodnio-europejskie zmieniły się pod względem przestrzegania czystości w ciągu ostatnich stu lat do niepoznania. Dawniej kanalizacji w miastach nie było, ustępy znajdowały się tu i ówdzie, ale nie zawsze z nich korzystano, nieczystości ludzkie wylewano więc pospolicie na ulicę, lub spuszczano rynsztokami do rzek, jeśli były blisko. Śmieci, nawóz zwierzęcy, wydaliny ludzkie — wszystko to zmieszane razem tworzyło w jednej porze roku zwały, w innej kałuże nie do przebycia, w których pojazdy pogrążały się po osie, a zwierzęta wprost tonęły. W Paryżu, w Londynie z tego powodu był „brud i smród" do tego stopnia, że ludzie w oknach wieszali prześcieradła z chlorkiem, żeby zabić tę woń nie do zniesienia Kiedyś podobno nawet parlament angielski musiał przerwać posiedzenie z powodu zaduchu idącego od rzeki pełnej nieczystości.

Zresztą i w domach prywatnych niewiele było lepiej, szczególnie z usuwaniem nieczystości ludzkich. Dość wspomnieć co działo się na dworach królewskich, tonących w zbytkach i przepychu obok brudu i nieczystości królewskich i zwykłych. Bardzo wiarogodni historycy opowiadają, że na krótko przed wielką Rewolucją Francuską, na dworze króla Ludwika nie było ustępu (nie było wówczas kanalizacji), lecz zwykłe wiadra, a w razie wielkiego napływu gości, możnych panów, dygnitarzy państwowych i dworaków wszelkiego rodzaju, z braku ustępu, dla załatwienia potrzeby naturalnej wychodzili wprost na schody kuchenne. Ładnie to musiało wyglądać!

Nic dziwnego, że w owych czasach w tych wielkich stolicach europejskich tyle ludzi ginęło z roku na rok na dur brzuszny, tak wymierały całe rodziny na czerwonkę, tyle ofiar unosiły epidemie, tj. gwałtowne wybuchy cholery, że miasta te istnieć by dawno przestały, gdyby nie stały przypływ ludności ze wsi. Od czasu, kiedy jednak w tych stolicach zaprowadzono kanalizację, kiedy mieszkańcy ich podnieśli się pod względem kulturalnym i zamiast brudów i nieczystości wokoło panuje czystość, choroby z brudem związane przestały tam prawie istnieć. Ludność w tych miastach nie wymiera, lecz wzrasta drogą naturalną równie szybko jak na wsiach.

Nieczystości ludzkie, to prawdziwe niebezpieczeństwo i największa zaraza, jaka człowiekowi grozi i jaką można sobie wyobrazić. Nic też dziwnego, że wielki prawodawca starego zakonu Mojżesz takie przepisy dał w biblii swoim współwyznawcom co do usuwania nieczystości ludzkich:

„Będziesz miał miejsce za obozem, gdzie będziesz wychodził na potrzebę przyrodzoną".

„Niosąc kołek za pasem: a gdy usiędziesz, wykopiesz wkoło, a wykopaną ziemią okryjesz to, czegoś się pozbył".

(Księgi Mojżeszowe V, XXIII, 12—13).

Ten prosty a niezmiernie mądry przepis dawno został zapomniany.

II.

JAK ZARAŻAMY SIĘ DUREM BRZUSZNYM?

Zarazki duru brzusznego, zwanego inaczej tyfusem brzusznym, znajdują się w jelitach człowieka chorego i wraz z kałem wydostają się na zewnątrz. Niekiedy zarazki te, mające wygląd krótkiej pałeczki z włoskami, znajdują się również we krwi i wydostają się na zewnątrz z moczem. Stąd wypływa prosty wniosek: wszystko co jest zanieczyszczone wydalinami chorego na dur brzuszny, jest zaraźliwe. A wobec tego, że człowiek produkuje nieczystości od kołyski aż do grobu, jeżeli nie przestrzega niezbędnych zasad czystości, wszystko wokoło niego jest zanieczyszczone i zarażone. Rozumie się samo przez się, że tych nieczystości często nie widzimy wzrokiem, nie czujemy nosem, ale przecież wiemy, że dla zarażenia potrzebna jest znikomo mała ilość brudu, bo w gromadce nieczystości wielkości łebka od szpilki są już nie miliony, lecz miliardy bakterii.

Dla zarażenia człowieka zarazki znajdujące się w nieczystościach muszą się przedostać znowu do jelit, zawsze tą samą drogą, to jest przez usta. I tu niejeden ze zdziwieniem zapyta, jakże to jest możliwe, ażeby człowiek choć w najdrobniejszej ilości połykał nieczystości bliźnich swoich. Rzeczywistość jednak przekonywa nas, że nie jest to zjawisko bardzo rzadkie: zarażamy się spożywając coś, na czym, lub w czym są nieczystości ludzkie, zawierające zarazki duru brzusznego. Może to być woda, mleko, warzywa i owoce, pieczywo, może być wszystko, cokolwiek człowiek niesie do ust, a co jest zanieczyszczone kałem lub moczem ludzkim.

Najpierw zarażamy się przez brudną wodę, używaną do picia, do potrzeb kuchennych, a nawet do kąpieli. Spójrzmy na wodę w rzece, w jeziorze lub stawie. Jakie nieczystości do niej nie spływają? Wszystko tam jest: i śmiecie, i nawóz zwierzęcy, i padlina, i brud z bielizny, nie brak też kału i moczu ludzkiego, w których roi się od zarazków.

Jedne miasta spuszczają do rzek swoje odpadki i brudy, a drugie później wodę z tej rzeki piją. Warszawa wlewa codziennie do Wisły rzekę całą nieczystości, a położony o 100 kilometrów z górą niżej Płock z tejże Wisły bierze wodę do codziennego użytku. I można to robić bez obawy zarażenia się, tylko trzeba tę wodę najpierw zrobić zdatną do użytku, to jest przefiltrować ją, albo pić gotowaną. Z powodu nieprzestrzegania tej bardzo prostej i zrozumiałej zasady powstawały już nieraz

olbrzymie wybuchy tyfusu brzusznego i u nas i w innych krajach. Bardzo niedawno, bo na parę lat przed wojną przez zanieczyszczoną wodę z rzeki zakaziło się tyfusem brzusznym w Pułtusku przeszło 100 osób, a z nich kilkanaście zmarło.

Dawniej takie wypadki zdarzały się bardzo często, dziś, kiedy miasta używają wody filtrowanej z wodociągów, o wiele rzadziej, chyba, że się zepsują przypadkowo filtry.

W studniach naszych woda niewiele jest czyściejsza niż w rzekach. Przede wszystkim wokoło zabudowań ludzkich jest pełno nieczystości, bo wszyscy, a dzieci, starcy i chorzy w szczególności, brudzą tuż koło domu, nieczystości z wiader często wylewa się wprost na śmietnik. Wszystko to później przesącza się powoli do studni, tym bardziej, że studnie są często źle położone, płytkie, mają cembrowinę nieszczelną i wszelkie nieczystości łatwo przeciekają do wnętrza ze wszystkich stron, albo wskutek niezabezpieczenia studni wpadają od góry. Wreszcie czerpie się wodę własnym brudnym wiadrem ze studni, z której później inni czerpią i brud, który jeden gospodarz zmyje ze swego wiadra, inny zabierze.

Widziałem sam kiedyś na wsi cztery rodziny jednocześnie chore na dur brzuszny. Leżeli prawie wszyscy członkowie tych rodzin, w innych zaś domach zachorowań nie było. Bliższe badanie wykazało, że te cztery rodziny korzystały z jednej studni, w której woda była zakażona. Zanieczyszczenie wody nastąpiło w ten sposób, że w domu najbliżej położonym tej studni zachorowała na dur brzuszny młoda dziewczyna. Wobec tego, że była bardzo słaba, a nocnego naczynia w gospodarstwie nie było, wysadzano ją na wiadro do pojenia bydła. Po zakończeniu choroby wiadro wyszorowano i czerpano nim nadal wodę ze studni. Naturalnie w ten sposób wszystka woda uległa zakażeniu i po upływie dwóch tygodni zaczęli kłaść się po kolei wszyscy prawie, którzy pili wodę z tej studni.

Ten przykład stał się dla mnie tak przekonywujący, że od tego czasu uważam nocne naczynie za najniezbędniejsze naczynie w każdym domu, głosząc przy każdej okazji, że *potrzebniejszy jest w domu nocnik, niż szczoteczka do zębów.* Naturalnie, szczoteczka jest też bardzo potrzebna, ale ten, kto nie ma na jedno i na drugie, niech najpierw kupi nocnik.

Zanieczyszczenie mleka wydalinami, a stąd i zakażenie jest bardzo proste i częste. Mleko zanieczyszcza się najczęściej przy dojeniu. Wyobraźmy sobie, że w domu jest chory na dur brzuszny. Kto go dogląda? Matka, siostra, lub w ogóle starsza kobie-

ta zwykle ta sama, która doi krowy. Wystarczy, jeśli ta sama pielęgnująca osoba poda coś choremu, np. nocne naczynie lub jedzenie, poprawi mu pościel, zmieni bieliznę, przewróci go, a później, nie wymywszy rąk (któraż gospodyni uważa to za obowiązek!) pójdzie doić krowę. Przecież w ten sposób wszystko co było na rękach, razem z mlekiem zdoi do wiaderka. Spożywając takie mleko na surowo spożywamy jakby kaszkę z bakterii. A jeżeli zleje się mleko z kilku gospodarstw, to wystarczy, żeby jedno z nich dawało mleko zanieczyszczone, całość będzie zakażona. Naturalnie wszystkie przetwory pochodzące z takiego mleka, a więc śmietana, twaróg, ser, masło grożą również wywołaniem choroby.

Wreszcie mleko może być zakażone i przez mycie konwi i wiader w brudnej wodzie w stawie. Takie wiadro po wymyciu będzie na pozór czyste, ale zakażone. Przypadek dużej epidemii wywołanej przez mleko mieliśmy na Śląsku w powiecie świętochłowickim w roku 1929. Z powodu niedbalstwa i brudu osób, które miały do czynienia z mlekiem, zachorowały wówczas 174 osoby, zmarło 14. Podobny przypadek mieliśmy w roku 1937 na pograniczu dwóch powiatów województwa poznańskiego, a mianowicie rawickiego i gostyńskiego. Zachorowało wówczas 167 osób, zmarło 33, chorowała głównie służba folwarczna, której rozdawano odtłuszczone mleko z zakażonej mleczarni. Pomyślmy tylko, tyle ofiar na skutek niedbalstwa ludzkiego. Przecież tak łatwo było do tego nie dopuścić.

Warzywa i owoce zanieczyszczają się często wydalinami ludzkimi. Wiadomo, że najlepsze warzywa, jak np. ogórki, sałata rosną na nawozie ludzkim, a w okolicach miast jest to prawie jedyny sposób nawożenia. Nieuczciwi albo tylko nieuświadomieni ogrodnicy czasami podpędzają już zasadzone warzywa, podlewając je nieczystościami. Wystarcza zresztą jeżeli posadzą rozsadę na świeżym wiosennym nawozie. W tych nieczystościach ludzkich, użytych za nawóz, pełno jest bakterii, między nimi i tyfusowe, stąd zakażenie, rosnących przy ziemi (sałata, rzodkiewka, ogórki), lub spadających na ziemię warzyw (pomidory), jest bardzo możliwe. Być może, iż to zakażenie nie jest tak częste, jakbyśmy mogli tego oczekiwać, a to dlatego, że bakterie chorobotwórcze na słońcu prędko giną.

Owoce zanieczyszczamy biorąc je brudnymi rękami. Pomyślmy tylko sobie, przez ile rąk przechodzi każda gruszka lub jabłko, które bierzemy do ust i jak brudne są te ręce! Czego tylko na nich nie ma? Nie brakuje z pewnością i wydalin ludzkich, często zawierających zarazki duru brzusznego.

Zakażenie może nastąpić i przez pieczywo. Miejsce wypieku nie zawsze utrzymywane jest w czystości i nie zawsze wygląda jak powinno. Często, szczególnie obecnie, tam gdzie wyrabia się ciasto, gdzie więc powinna być nieposzlakowana czystość, pełno jest brudu, obok chleba leżą stare łachmany, kręcą się zwierzęta. Chleb bierze się brudnymi rękami, wozi się na wozach niewymytych, na deskach, po których chodzi się w zabłoconym obuwiu, przykrywa się go brudnymi gałganami. Wreszcie sprzedający przekłada chleb z miejsca na miejsce kilkakrotnie w ciągu dnia, kupujący zaś każdy bochenek chleba dziesięć razy wypróbują, wymacają czy jest dobrze wypieczony. Jeżeli człowiek weźmie chleb lub bułkę do brudnej ręki, a brudna jest prawie zawsze, to przecież choć troszkę tego brudu, może i niewidocznego, na tej bułce zostanie. To samo mamy w rodzinie: jeżeli człowiek, siadając do stołu, rąk nie wymyje, bo myśli sobie — są czyste, skoro brudu na nich nie widać i weźmie tymi rękami bochenek chleba, łatwo ten chleb może zanieczyścić, zakazić. Podając w ten sposób chleb naszym najbliższym, podajemy nieraz i chorobę.

Ale i wszystkie inne produkty, których dotykamy się rękami, mogą być zakażone bakteriami duru brzusznego, bo ręce są czyste tylko po wymyciu. Pół godziny lub godzinę później, nawet jeżeli nie mieliśmy do czynienia z czymś specjalnie brudnym, już są zanieczyszczone. Mając więc brać produkty spożywcze do rąk, trzeba zawsze przed tym ręce wymyć.

Wreszcie nawet nie produkt spożywczy, lecz każdy przedmiot, jak pióro, ołówek, gwóźdź, sznurek, jeżeli iest przypadkowo zanieczyszczony i my weźmiemy go do ust (obrzydliwy zwyczaj!), a usta tak często służą nam za trzecią rękę, może wywołać zakażenie.

Nie należy także lekceważyć much jako roznosicieli zarazy. Muchy są wszędzie, kręcą się i po mieszkaniu i po podwórzu i wszędzie koło domu. Wokoło naszych mieszkań, nie tylko na wsi, ale i w mieście wydalin ludzkich nie brak. Mucha siądzie na tych wydalinach, pożywi się nimi, zanieczyści sobie łapki i skrzydełka, a później usiądzie gdzieś na chlebie, na mleku, na ciastku, czy na jakimkolwiek innym rodzaju pokarmu lub na naczyniu, a nawet wprost na twarzy i ustach człowieka śpiącego. Przecież w ten sposób mucha przenosi nieczystości z ustępu lub ze śmieci, z nawozu, słowem z miejsca na miejsce, a wraz z nimi i zarazki wywołujące chorobę.

Takie są oto proste sposoby przenoszenia duru brzusznego. Żeby nie zachorować na dur brzuszny, wystarczy nie zetknąć się

z wydalinami ludzkimi. Ale to nie jest łatwe nawet dla człowieka dobrze uświadomionego i unikającego zakażenia, jeśli ma się do czynienia z ludźmi, którzy jakby umyślnie brudzą wszędzie, a z którymi musimy się stykać. Tu może powstać pytanie, jak się to dzieje, że nieczystości są wszędzie widoczne wokoło nas, że brudnych ludzi jest znacznie więcej niż czystych, a my jednak nie wymieramy wszyscy. Tu i ówdzie ktoś zachoruje, z chorych czasem ktoś umrze, ale większość ludzi z brudem się styka, lecz żyje i dobrze się czuje. Odpowiedź jest prosta: bakterie, będące w tych nieczystościach, na powietrzu i słońcu, giną po kilku, kilkunastu dniach, a w ciemności i wilgoci po paru lub kilku tygodniach. Nieczystości leżą tygodniami, ale bakterii zdolnych do wywołania tyfusu brzusznego już w nich nie ma. Jednak te parę miesięcy, w ciągu których bakterie żyją w nieczystościach są zupełnie wystarczające, żeby zaraziło się wielę osób, a nawet żeby powstały wielkie epidemie.

Ale my nie będziemy tak dzielili czasu na dnie i tygodnie, nie możemy brudzić wyczekując, że w tych nieczystościach bakterie muszą same wyginąć. Czystość musi być przestrzegana wszędzie i zawsze; bo póki człowiek będzie narażony na stykanie się z wydalinami ludzkimi, na spożywanie ich z napojami i pokarmami, będzie nas gnębił dur brzuszny, ta straszliwa plaga ludzi niekulturalnych, po prostu mówiąc brudnych.

III.

O SAMEJ CHOROBIE DURU BRZUSZNEGO

Gdy zarazki duru brzusznego dostaną się do ust człowieka z jakimś napojem lub pokarmem, przenikają one po pewnym czasie do jelit, miejsca ich stałego pobytu. Człowiek zarażony przez dwa — trzy tygodnie od chwili wtargnięcia zarazków nie odczuwa, że się coś wewnątrz niego dzieje, choć zarazki rozwijają się, mnożą, bo choroba dopiero się wylęga.

Po zakończonym okresie wylęgania, a więc w drugim, trzecim tygodniu, występują pierwsze objawy choroby. Objawy te są liczne, różnorakie i u każdego chorego inaczej się przejawiają. Wymieniamy niektóre z nich, nie, żeby czytającym tę książeczkę dać możność rozpoznania choroby, lecz tylko dlatego, że każdy z nas słysząc nazwę jakiejś choroby, musi ją sobie wyobrazić, a więc chce choć cokolwiek wiedzieć o tym, jak ona wy-

gląda i jak przebiega, żeby się napróżno każdym nowym przejawem nie niepokoić. Poza tym każdy powinien wiedzieć, jakie są objawy wskazujące, że trzeba koniecznie zwrócić się do lekarza, bo sytuacja jest poważna. Otóż podane niżej objawy wskazują właśnie na możliwość duru brzusznego, a więc choroby tak poważnej, że wezwanie lekarza jest niezbędne.

Najczęściej choroba zaczyna się powoli i narasta z dnia na dzień. Najpierw człowiek, choć zwykle jeszcze chodzi, czuje się nieswojo, cierpi na ból i zawroty głowy, jest cały osłabiony, jakby rozbity, odczuwa brak apetytu, ma czasem lekkie dreszcze. Temperatura stale podnosi się, chory skarży się na bezsenność, w ustach czuje niesmak, język ma suchy. Często też są zaburzenia jelitowe i to różnego rodzaju; może być rozwolnienie, zdarza się czasem jednak i zaparcie. W tym okresie chorobę często trudno jeszcze rozpoznać. Dla ułatwienia rozpoznania lekarz bierze wtedy do analizy krew lub kał. Po upływie tygodnia sytuacja zaczyna się wyjaśniać, bo choroba zwykle jest już dobrze rozwinięta. Gorączka dochodzi do 39 — 40 stopni, chory nie przyjmuje żadnych pokarmów, jest coraz bardziej osłabiony, traci przytomność, jest stale jakby odurzony, bredzi, dlatego chorobę nazywa się durem. Czasami chory jest tak nieprzytomny i słaby, że bezwiednie oddaje pod siebie mocz i kał. Taki ciężki stan trwa zwykle około dwóch tygodni.

Po upływie tego czasu, jeśli nie nastąpiła katastrofa, chory zaczyna stopniowo poprawiać się. Gorączka spada, umysł się przejaśnia, chory powoli nabiera sił, wygląda jakby się budził z długiego snu i patrzy na świat coraz trzeźwiej i weselej. Mniej więcej w końcu czwartego tygodnia widać już, że powraca do zdrowia. Przez dłuższy jednak jeszcze okres czasu jest bardzo słaby, z trudem chodzi i w każdej chwili mogą zupełnie niespodziewanie wystąpić jakieś powikłania, to jest przejawy choroby, czy to w sercu, czy to w płucach lub gdziekolwiek indziej. Sił przybywa ozdrowieńcowi codziennie, ale trzeba dobrych paru, a nawet kilku tygodni, żeby wrócił do stanu przed chorobą. Pod sam koniec choroby i w czasie zdrowienia niekiedy wychodzą włosy, czym się jednak nie należy przejmować, bo później odrastają.

W okresie stopniowego powrotu do zdrowia chory po długiej głodówce nabiera ogromnego apetytu. Wszystkiego mu mało, ma pretensję do rodziny i do całego otoczenia, że nie chcą mu dać jeść, że go głodzą umyślnie, nie raz kłóci się z najbliższymi i oskarża ich, że mu żałują kawałka chleba. Zdarza się, że taki powracający do zdrowia człowiek zdobywa w tajemnicy od

któregoś członka rodziny, mającego niby to dobre serce, najmniej odpowiedni dla siebie pokarm, jak kawałek mięsa, słoniny, kiełbasy, lub wykradnie gdzieś z szafy większą ilość chleba razowego albo kapusty i pocichutku zjada. To łakomstwo niejeden już przypłacił życiem.

Wiemy już o tym, że zarazki duru brzusznego znajdują się u człowieka w kiszkach. Tam mnożą się i wydzielają trujące jady. Na skutek tej działalności w jelitach powstają ranki lub owrzodzenia. W miejscach tych owrzodzeń może powstać albo krwotok albo pęknięcia jelita. Szczególnie wówczas gdy ozdrowieniec spożyje większą ilość trudnostrawnych pokarmów, jelito jest rozepchane, gwałtownie się kurczy (zwiększa się ruch robaczkowy przepychający pokarm) i w cieńszym na skutek ranki miejsce może łatwo pęknąć. Lepiej więc już tego ozdrowieńca nie dokarmić niż przekarmić.

Chorego na dur brzuszny trzeba koniecznie umieścić w szpitalu i to możliwie jak najwcześniej. Dla samego chorego jest o wiele lepiej, jeżeli przewozi się go na samym początku choroby, bo ma wtedy więcej sił i łatwiej zniesie nawet dłuższą drogę. Pozostawienie chorego na dur brzuszny w domu jest niedopuszczalne i ze względu na jego dobro i ze względu na niebezpieczeństwo dla innych członków rodziny, dla sąsiadów, a nawet dla całej wsi. Z opisu jasno wypływa, że jest to choroba długa, ciężka i wymagająca bardzo starannej i umiejętnej pielęgnacji. Nie mówiąc już o ciężkim stanie chorego, wymagającym stałej opieki lekarskiej, o powikłaniach w płucach i w sercu nawet w najlepszym przebiegu, chory na dur brzuszny wymaga nieustającego nadzoru i drobnych zabiegów. To choremu trzeba przemyć język i wypłukać usta, żeby mu się nie zrobiły wrzody w śliniankach koło ucha, to mu trzeba natrzeć krzyż octem albo spirytusem lub też podłożyć gumowy krąg, żeby się nie wytworzyły przykre bardzo odleżyny, to konieczny jest jakiś zabieg, którego może dokonać tylko dobrze wyszkolona pielęgniarka, mająca wszystkie narzędzia i sprzęty pod ręką. Tego wszystkiego w domu nie zrobi.

Poza tym przez cały czas choroby, a zwykle kilka jeszcze tygodni po wyzdrowieniu w kale chorego, niekiedy i w moczu są miliardy i miliardy bakterii tyfusowych. Jak tu w domu ustrzec się, żeby te bakterie w żaden sposób nie przedostały się do wody, na chleb lub gdzieś na jedzenie. Ten, kto chorego pielęgnuje, nawet dobrze nauczony, nieprzyzwyczajony jednak do tych ostrożności, zapomni naprzykład wymyć ręce po dotknięciu chorego i dotknie się czegokolwiek takimi zanieczyszczonymi ręka-

mi. Naturalnie każdy taki przedmiot jest już zakażony i każdy, kto go później dotyka, zakaża się od niego. Stąd nie raz chorują całe rodziny, bo jedno zakaża się od drugiego. A już nie daj Boże zostawiać chorego w mieszkaniu, które jest połączone ze sklepem spożywczym, lub którego gospodarze dostarczają mleka do miasta lub mają do czynienia w jakikolwiek sposób z produktami spożywczymi. Widziałem kiedyś w rodzinie piekarza od razu trzy osoby chore na dur brzuszny. Bojąc się, że mu zamkną sklep, piekarz ten chorych zataił i leczył ich pokryjomu, przekupiwszy kogo należy. Sprawa wykryła się dopiero wówczas, kiedy z pośród kupujących w tej piekarni zachorowało kilkanaście osób. Na skutek nieuświadomienia lub lekkomyślności takie karygodne wypadki zdarzają się od czasu do czasu.

Gdyby się jednak zdarzyło, że chory na dur brzuszny z jakichkowiek względów nie może być umieszczony w szpitalu, niezbędne jest zachowanie takich ostrożności, żeby nie dopuścić do rozpowszechniania choroby. Szczegółowy przepis zachowania się może dać wówczas tylko lekarz, znający dobrze sytuację i zdający sobie sprawę z tego, co w danych warunkach zrobić można. Tu podajemy tylko wskazania najniezbędniejsze i najprostsze.

A więc chory musi leżeć w oddzielnej izbie na własnym łóżku, odpowiednio dla niego przygotowanym. Wszystkie naczynia stołowe chorego muszą być oddzielone i oddzielnie myte. Można je gotować przez kwadrans czasu w wodzie z dodatkiem 2 proc. sody. Bielizna musi być przechowywana oddzielnie w worku i najpierw trzymana w 3 proc. rozczynie karbolu lub 5 proc. lizolu co najmniej 3 — 4 godziny, a następnie wygotowana. Do wody przed gotowaniem dodać 2 proc. sody. Niedopuszczalne jest pranie brudnej bielizny chorych w stawie lub rzece. Tym samym rozczynem karbolu lub lizolu można myć wszystkie zanieczyszczone przedmioty. Wypróżnienia chorego muszą być zalewane 20 proc. mlekiem wapiennym pół na pół i wylewane tylko do ustępu. Mleko wapienne przygotowywać trzeba zawsze na świeżo, co każdy może zrobić bez trudu. Na 1 kg świeżego wapna bierze się pół litra wody, żeby otrzymać wapno gaszone. Do tego wapna rozsypanego na proszek należy dodać do 4 i pół litra wody. Mlekiem wapiennym można zalewać zawsze doły ustępowe, biorąc do zalewania co najmniej trzecią część zawartości dołu. Po zalaniu mlekiem wapiennym nieczystości trzeba zostawić w dole na parę tygodni, nie wywożąc ich.

Osoba pielęgnująca chorego nie może gotować, piec ciasta, podawać do stołu, dotykać w ogóle produktów spożywczych prócz przeznaczonych dla chorego i dla siebie, ani też zajmować się

czymkolwiek poza pielęgnowaniem chorego. Zachowanie tych ostrożności nie usunie wprawdzie niebezpieczeństwa całkowicie, ale je znacznie zmniejszy.

IV.

DUREM BRZUSZNYM MOŻNA SIĘ ZARAZIĆ I OD ZDROWEGO

Najczęściej dur brzuszny nie tylko trwa długo lecz i przebiega dość ciężko. Ze stu chorych umiera ośmiu — dziesięciu albo i więcej. Zdarzają się jednak przypadki lekkie. Bywa zasem, że w tej samej rodzinie jedna osoba leży jak kłoda, a druga niedomaga tylko przez parę tygodni i całą chorobę przenosi na pół chodząc, na pół leżąc. Dzieci mogą czasami całą chorobę przebyć na nogach.

Naturalnie, taki pół chodzący, pół leżący chory jest bardzo niebezpieczny, bo kręcąc się wciąż wśród ludzi, o wiele łatwiej może zakazić tych, z którymi się styka, niż ten, kto leży cały czas w łóżku. Osoba ciężko chora ma do czynienia co najwyżej z paru domownikami, osobnik lekko chory może codziennie stykać się z dziesiątkami obcych ludzi. Wyobraźmy sobie lekko chorego piekarza, sklepikarkę lub kucharkę w restauracji. Ile taka kucharka może zakazić w ciągu paru tygodni niedomagania, jeśli przez cały ten czas w jej odchodach znajdują się zarazki, a ona nie przestrzega najprostszej lecz koniecznej czystości i brudnymi rękami układa różne przysmaki na półmiskach?

Zresztą tyfus brzuszny ma pewną właściwość, którą należy podkreślić: po przebyciu choroby przez kilka tygodni wszyscy prawie ozdrowieńcy wydzielają w kale i w moczu bakterie tyfusowe, a są tacy, którzy nie przestają wydzielać zarazków przez parę lat, a nawet przez całe życie. I taki człowiek raz przebywszy dur brzuszny chodzi później po świecie naładowany bakteriami jak bomba materiałem wybuchowym, sam nic o tym nie wiedząc. Jest on zupełnie zdrowy, na nic się nie skarży, a codziennie wydziela miliony i miliardy bakterii, które tylko analiza może wykryć. Dodajmy, iż dlatego przed wypisaniem chorego ze szpitala przynajmniej dwukrotnie robi się analizę jego kału.

Ale nie dość na tym. Są ludzie, którzy zetknąwszy się z bakteriami tyfusowymi, zarazili się. Bakterie przeniknęły do ich ki-

szek, tam, przebywają, mnożą się, lecz organizm tego ich gospodarza jest tak mocny, że choroby nie powodują. Mamy tu już przykład człowieka, który nigdy tyfusu brzusznego nie przenosił, który czuje się dobrze, chodzi i pracuje jak każdy zdrowy człowiek, który jednak rozsiewa wokoło bakterie. Takiego człowieka, który przebył chorobę albo i nie przebył, który nosi bakterie chorobotwórcze w tym samym miejscu gdzie i chory (w tym przypadku w jelitach) i wydziela je na zewnątrz podobnie jak chory, nazywamy nosicielem.

Nosiciel, jeśli jest niedbały i brudzi wszędzie, a w szczególności jeśli ma do czynienia z produktami spożywczymi, może być przyczyną licznych zachorowań, niosąc chorobę wszędzie gdzie się pokaże. O takich nosicielach pisano wiele w pismach lekarskich i nawet codziennych, przeznaczonych dla ogółu ludności.

A więc opisują zakażenie durem brzusznym 38 osób będących na jakimś sutym przyjęciu. Badanie wykazało, że wszystkie te osoby jadły zimną sałatkę z kurczęcia, przygotowaną przez samą gospodynię. Owa gospodyni przeniosła kiedyś dur brzuszny i stała się nosicielką. Sałatkę robiła bardzo czysto, ale nie miała zwyczaju myć rąk po załatwieniu potrzeby naturalnej. Tak było i w tym przypadku, co doprowadziło do zarażenia wszystkich prawie gości, będących na tym przyjęciu.

W jednym niemieckim miasteczku znaleziono właścicielkę dużej piekarni, nosicielkę duru brzusznego. Zarażała ona w ciągu 10 lat prawie wszystkich czeladników, którzy byli na jej stole. W Danii w roku 1928 w niewielkim mieście zachorowało na dur brzuszny w ciągu jednego miesiąca przeszło 200 osób. Chorowali tylko ci, co używali mleko z jednej mleczarni. Chorzy leżeli w domach położonych wzdłuż tej drogi, po której szedł wózek rozwożący mleko. Kto nie pił mleka lub pił gotowane, nie chorował. Okazało się, że w mleczarni był robotnik, który przeniósł przed paru miesiącami lekki dur brzuszny, a później został nosicielem. I u nas w kraju mieliśmy setki a nawet tysiące takich nosicieli. Jeden z nich w Warszawie zaraził tyfusem około 30 osób.

Ale najciekawszy jest przypadek amerykańskiej „tyfusowej Marysi", o którym pisano w różnych pismach i książkach. „Tyfusowa Marysia" nazywała się naprawdę Maria Mallon. Pracowała jako kucharka w domu zamożnego bankiera pod Nowym Yorkiem w roku 1906. W trzy tygodnie po objęciu przez nią posady z 11 zamieszkałych osób w domu bankiera zapadło na

dur brzuszny 6. Długo szukano przyczyny i nie można było w żaden sposób natrafić na źródło zakażenia. Dom był zamożny, woda była bez zarzutu, wszędzie panowała wzorowa czystość, nigdzie nie można było znaleźć, że coś jest nie w porządku, coś, co może powodować chorobę.

Pani Maria, kucharka, wkrótce po odesłaniu chorych do szpitala znikła. Lekarzowi, który badał sprawę, wydało się to podejrzane i po długich poszukiwaniach zdołano ją odszukać przez biuro pośrednictwa pracy. Najpierw nie chciała ona wcale poddać się badaniom, aż ją do tego zmuszono. Odesłano do analizy jej odchody i znaleziono w kale pełno bakterii tyfusowych. Okazało się przy tym, że w ciągu dziesięciu lat pracowała ona w ośmiu rodzinach, przy czym w siedmiu miały miejsce zachorowania na dur brzuszny.

Wobec tego „tyfusowa Marysia" została osadzona w szpitalu, gdzie spędziła przymusowo 3 lata. Mogła poruszać się swobodnie w obrębie szpitala, robić co jej się podoba i widywać swych przyjaciół i t. p. nie wolno jej jednak było opuszczać gmachu. Sprzykrzyły jej się te warunki i zaczęła szukać wyjścia. Wkrótce znalazł się usłużny adwokat, który poradził jej wnieść skargę do sądu, że jakoby jest ona nieprawnie więziona. Zażądała więc pani Maria od Miejskiego Wydziału Zdrowia wypuszczenia jej na wolność i odszkodowania w wysokości 50 tysięcy dolarów. Sprawę jednak przegrała.

Wówczas weszła na drogę polubowną i zaczęła prosić o zwolnienie. Wydział Zdrowia przychylił się do jej prośby. Po złożeniu przez nią obietnicy, iż nie obejmie posady kucharki ani żadnej innej związanej z produktami spożywczymi i że będzie się co tydzień pokazywać w urzędzie zdrowia, odzyskała Marysia wolność. Nie dotrzymała jednak słowa.

Po pięciu dalszych latach, a więc już w roku 1915 zachorowało w szpitalu dla kobiet w Nowym Yorku z pośród personelu 25 osób na dur brzuszny. Była to już prawdziwa epidemia, którą zaczęto badać. Okazało się, że pracowała tam jako kucharka pod przybranym nazwiskiem pani Braun dobrze już znana i uważana za zaginioną „tyfusowa Marysia". Wtedy ją po raz wtóry umieszczono w szpitalu więziennym, gdzie przebywała do końca swego życia. Zmarła przed samą wojną. Ostateczne badania wykazały, że od tej Marysi zaraziło się z pewnością 51 osób, i że przez nią też została zanieczyszczona woda w jednej miejscowości, co spowodowało epidemię, w której chorowało około 200 osób.

Z tych przykładów widzimy, jak wielką rolę odgrywają nosiciele. Istnieją oni i w wielu innych chorobach, ale w żadnej chyba nie są tak niebezpieczni jak w durze brzusznym

V.

DURU BRZUSZNEGO MOŻNA SIĘ USTRZEC

Zaznaczyliśmy już na początku, że w krajach kulturalnych tyfus brzuszny jest rzadki i że wszędzie, gdzie się podnosi dobrobyt, szerzy oświata, wzmaga kultura, stopniowo zanika. Po tej drodze my też musimy pójść i z pewnością po kilkunastu lub kilkudziesięciu latach pozbędziemy się duru brzusznego na zawsze. Ale nie możemy czekać aż się to powoli samo stanie, bo samo się nic nie dzieje. Sytuacja jest w naszych rękach: tyfus brzuszny jest chorobą możliwą do zupełnego pokonania w ciągu niedługiej liczby lat, a do opanowania i dzisiaj. Jeśli weźmiemy się sprawnie do rzeczy, główne ogniska prędko stłumimy i choć pojedyncze przypadki tej choroby tu i ówdzie przez dłuższy czas jeszcze będą, do wielkiej epidemii nie dopuścimy. W tym celu musimy nakreślić pewien plan, do którego wszyscy muszą się zastosować.

A więc skoro tyfus brzuszny przenosi się przez odchody ludzkie, trzeba żeby te odchody znajdowały się tylko tam, gdzie są nieszkodliwe, to jest w ustępach. Naturalnie miasta muszą mieć kanalizację, która dobrze urządzona unieszkodliwia wszelkie nieczystości. Wszelkie nieczystości z domów powinny być wylewane także do ustępu. W ustępach musi być zawsze przestrzegana jak największa czystość, bo brudny ustęp to i źródło zakażenia i świadectwo, że ludzie, którzy z niego korzystają, są niekulturalni. Pamiętajmy zawsze o tym, że ustęp więcej mówi o kulturze człowieka niż salon czy świetlica.

Na drugim miejscu trzeba postawić czystość wody i jej dostateczną ilość. Woda powierzchniowa z rzek, jezior, stawów, wcale nie nadaje się do wewnętrznego użytku, nie należy również używać wody zaskórnej ze studzien płytkich. Skoro zaś jakiejś wody nie jesteśmy pewni, powinniśmy do wewnątrz używać jej tylko po przegotowaniu. Dostateczna znowu ilość wody ma dlatego znaczenie, że gdzie się używa mało wody, tam jest brudno, a gdzie brudno tam jest dużo tyfusu brzusznego.

Po wodzie artykułem spożywczym najwięcej narażonym na zanieczyszczenie jest mleko. Tam, gdzie obory są czyste utrzy-

mane, gdzie dojarz przed rozpoczęciem dojenia myje starannie ręce wodą z mydłem, gdzie naczynia do mleka są starannie szorowane i myte, ale nie w wodzie ze stawu lub z rzeki, tam można używać mleka surowego. Skoro zaś tej pewności nie mamy, trzeba mleko koniecznie gotować. Naturalnie przetwory mleczne mogą być naprawdę tylko tam dobre i pewne, gdzie jest dobre mleko.

Następnie idą warzywa, owoce, pieczywo i wszelkie inne produkty spożywcze, które również trzeba zabezpieczyć przed zanieczyszczeniem odchodami ludzkimi. Zanieczyszczenie następuje tu najczęściej przez przechowywanie tych produktów na ziemi, w brudnych naczyniach i workach, przez kurz, przez muchy i przez dotykanie brudnymi rękami.

Żeby zabezpieczyć produkty przed muchami, trzeba zachowywać wszędzie taką czystość, żeby muchom nie zostawiać nigdzie ani miejsca na lęgowiska, ani nie żywić ich przez zostawianie wszędzie otwartych produktów spożywczych, resztek jedzenia i odpadków wszelkiego rodzaju. Poza tym trzeba muchy tępić wszelkimi dostępnymi sposobami.

Zresztą, jeżeli będzie czysto w domu, wokoło domu i wszystkich zabudowań, muchy nie będą mogły przenosić żadnego brudu, a przede wszystkim kału ludzkiego na napoje i pokarmy. Musimy dbać o to, żeby nieczystości ludzkich nie było nigdzie w pobliżu mieszkania, w ustępie zaś żeby było tak czysto jak w mieszkaniu. Wtedy człowiek wchodząc do ustępu nie zabrudzi się i nie zarazi, mucha zaś, gdyby tam nawet przypadkowo dostała się, nie wyniesie na skrzydełkach, na łapkach czy w sobie nieczystości, którymi później mogłaby zanieczyścić produkty spożywcze.

Obok much odgrywających tu dużą rolę, bardzo często, może nawet najczęściej zakażamy produkty spożywcze dotykając ich brudnymi rękami. Zanieczyszczanie wszystkiego co jemy przez brudne ręce jest tak częste, że dur brzuszny nazywa się często chorobą brudnych rąk. Gdzie ludzie zawsze mają czyste ręce, tam duru brzusznego jest mało.

Żeby jednak ręce były naprawdę czyste, nie wystarczy ich myć rano gdy się wstaje, nie wystarcza nawet dodatkowe mycie przed jedzeniem, choć i to jest ważne, trzeba jeszcze zawsze myć je po załatwieniu potrzeby naturalnej, to jest po wyjściu z ustępu. Wszystko jedno czyśmy tam wchodzili na krótko czy na długo, samo to, żeśmy dotykali drzwiczek, ścian, ciała swojego, musiało ręce zanieczyścić i dlatego trzeba je natychmiast wymyć wodą z mydłem.

Wiele gospodyń uznanych ogólnie za czyste myje ręce zawsze zanim zacznie przygotowywać jedzenie, a przede wszystkim wyrabiać ciasto. To jest bardzo dobry zwyczaj, którego nie należy zarzucać, ale naprawdę z punktu widzenia zdrowia jest to mniej ważne, niż wymycie rąk po wyjściu z ustępu. Ostatecznie ten chleb się upiecze, te zacierki lub kluski ugotują, a więc jeżeli tam dostał się jakiś brud, to się też ugotuje i szkody człowiekowi nie wyrządzi. Tymczasem jeśli gospodyni, wszedłszy choć na krótką chwilkę do ustępu, natychmiast po wyjściu rąk nie wymyje, pozostaną na tych rękach nieuniknione ślady nieczystości. Jeżeli ta sama gospodyni po 10 — 15 minutach czy później weźmie do rąk bochenek chleba lub cokolwiek, co się już nie gotuje, zanieczyści i zakazi ten produkt, sama sobie nie zdając z tego sprawy.

Nie zapominajmy nigdy i o tym, że ta gospodyni może być nosicielką zarazków duru brzusznego, nic o tym nie wiedząc i że może po kolei całą rodzinę swoją zakazić durem brzusznym. To samo może zresztą zrobić każdy inny członek rodziny, tylko że gospodyni więcej styka się z jedzeniem i dlatego ona na czystość swoich rąk winna zwracać największą uwagę. Naturalnie gospodyni jako wychowawczyni dzieci i wszystkich domowników, winna wszystkich przyzwyczaić do tej czystości, mówimy elementarnej, to jest bardzo prostej lecz niezbędnej i z punktu widzenia zdrowotnego i z punktu widzenia kulturalnego.

Przypominam, że Żydzi mają przepis religijny, nakazujący im mycie rąk po załatwieniu potrzeby naturalnej. Niestety, to mycie jest tak wykonywane, że z niego pozostał tylko próżny obrządek i bezcelowy rytuał.

Wreszcie w niektórych okolicznościach wszystkie nasze starania i ostrożności mogą zawieść. Pozostaje nam wówczas jeszcze jedna, a skuteczna broń, mianowicie uodpornienie organizmu przeciw chorobie przez szczepienia ochronne. Nie we wszystkich chorobach taką broń posiadamy, przeciwko durowi brzusznemu niewątpliwie tak i to bardzo skuteczną. Człowiek zaszczepiony staje się na chorobę niewrażliwy, mówimy odporny i nie ulega jej nawet wówczas, gdy bakterie dostaną się do wnętrza jego organizmu.

Szczepienia odbywają się w różny sposób. Obecnie stosujemy dwa zastrzyki podskórne, wprowadzając do organizmu zabite bakterie tyfusowe. Bakterie te szkodzić człowiekowi już nie mogą, ale go czynią na chorobę odpornym. Po zastrzyku niekiedy człowiek lekko niedomaga, może nawet gorączkować, ale go-

rączka szybko bardzo spada i żadnych ujemnych następstw to nie wywołuje. Mogą się szczepić wszyscy ludzie — młodzi i starzy, kobiety i mężczyźni, chyba, że ktoś jest wyraźnie chory. W tym przypadku lekarz po zbadaniu powie mu, czy powinien się szczepić czy nie.

Szczepić trzeba się w porę, to znaczy dopóki jeszcze nie ma wokoło dużo zachorowań. Jeżeli ktoś się zaraził dwa — trzy tygodnie przed szczepieniem to mu szczepionka i tak nie pomoże, bo zarazki już się dobrze w organizmie umieściły i rozmnożyły. Poza tym szczepionka nie działa natychmiast po zastrzyku, lecz dopiero po upływie trzech tygodni od drugiego szczepienia. Jeżeli więc ktoś się zaraził dwa — trzy tygodnię po szczepieniu, jeszcze może zachorować, bo odporność w organizmie w tak krótkim czasie nie zdążyła się wytworzyć.

W chwilach jak obecna powinniśmy się szczepić wszyscy. To, że ktoś się szczepił 4 — 5 lat temu, nie zwalnia wcale od szczepienia teraz, bo skuteczność tej szczepionki trwa najwyżej rok, trzeba więc szczepienia przeciw durowi brzusznemu powtarzać z roku na rok. Nikt też nie powinien sobie tłumaczyć, że on nie musi się szczepić, bo jest czysty, bardzo ostrożny i po świecie nie jeździ, to się nie zakazi, bo nie ma skąd i gdzie. Zakażenie może nastąpić w każdej chwili i w takich warunkach, w jakich się najmniej spodziewamy. Żebyśmy byli najostrożniejsi, jeżeli wokoło nas są ludzie brudni i niedbali, niebezpieczeństwo stałe wisi nad nami. A więc szczepmy się.

VI.

CZERWONKA

Czerwonka, czyli krwawa biegunka, inaczej jeszcze dyzenteria, jest ostrą chorobą zakaźną, wywołaną przez zarazki w postaci pałeczki, znajdujące się u człowieka w jelitach. Czerwonka będąca wynikiem niedbalstwa i brudu należy, podobnie jak dur brzuszny, niestety, do chorób bardzo rozpowszechnionych i znanych niemal każdemu podobnie jak szkarlatyna lub odra.

Zarażamy się czerwonką tak samo jak durem brzusznym, to jest wówczas, gdy wypróżnienia chorego dostaną się do naszych ust z napojem lub pokarmem. Okazji do tego rodzaju zakażenia nie brak.

Jeżeli w domu jest chory na krwawą biegunkę, to można być pewnym, że przynajmniej w tej izbie, w której on leży, wszystko jest zakażone jego wydalinami: on sam, jego pościel i łóżko, wszystko, czego on tylko może dotknąć własną ręką, czego dotyka rękami ten, kto go pielęgnuje. Nawet ściany pokoju na wysokości wzrostu człowieka, to znaczy dokąd sięga ręka, są zakażone. Jeżeli ta zanieczyszczona ręka chorego lub pielęgnującego dotknie później talerza, szklanki, chleba, owoców czy jakiegoś innego pokarmu, zostawi tam z pewnością nie mało zarazków.

Chory na czerwonkę ma biegunkę. Wypróżnienia jego zwykle wylewa się na gnój, na ogród, prosto za budynki lub za płot. Nieczystości te ściekają do rzek, stawów, jezior i innych zbiorników wody, w których później myje się naczynia, lub z których bierze się wodę do domowego użytku. Te nieczystości mogą przenikać i do płytkich studzien, mających wodę zaskórną, wadliwie zbudowanych, niezabezpieczonych przed przeciekaniem brudnej wody z boku lub od góry. Woda w stawach i rzekach może być ponad to zanieczyszczona przez pranie w niej bielizny chorych. Woda więc może też być źródłem zakażenia.

Jest jeszcze jeden sposób szerzenia się czerwonki — przez muchy. Niewątpliwie muchy odgrywają pewną rolę i w durze brzusznym, jednak w czerwonce rola ich jest o wiele większa. Wobec tego, że chorzy na czerwonkę mają biegunkę, nieczystości ludzkich wokoło domu, w którym są chorzy, jest bardzo dużo. Muchy siadają na tych nieczystościach, a następnie lecą do kuchni, gdzie znowu z upodobaniem siadają na pokarmach wszelkiego rodzaju, na przygotowanym do spożycia jedzeniu. Zresztą i po zakończeniu choroby ozdrowieniec jeszcze przez jakiś czas wydziela w kale zarazki, a niejeden staje się nosicielem na parę lub kilka tygodni. Ozdrowieńcy więc też mogą rozsiewać zarazki czerwonkowe przez pewien przeciąg czasu.

Czerwonka ma zwykle przebieg ostry, choć zaczyna się raczej powoli, stopniowo. Od zakażenia do wystąpienia pierwszych objawów (okres wylęgania) przebiega zwykle od 3 do 5 dni, rzadko dłużej. Chory czuje się najpierw niedobrze, traci apetyt, ma bóle w brzuchu i trochę biegunki. Później zjawia się gorączka, choć niezbyt wysoka, w stolcach pokazuje się krew i śluz. Stolce są coraz wolniejsze, coraz częstsze. Chory może mieć 30 — 40 lub więcej stolców na dobę, a po wypróżnieniu bynajmniej nie doznaje ulgi, lecz za chwilę odczuwa nowe parcie. Równocześnie z parciem chorzy odczuwają mocne palenie w kiszce stolcowej, które może być bardzo bolesne. Odchody mogą zupełnie stracić wygląd i zapach kału, a stać się mieszaniną śluzu,

ropy i krwi o zapachu mdławym. Chory pokarmu żadnego nie przyjmuje i słabnie coraz więcej.

Niekiedy w razie pogorszenia stolce zaczynają odchodzić bez woli i wiedzy chorego, skóra zaś otaczająca odbyt, skutkiem ciągłego drażnienia, ulega zapaleniu. Chorego trzeba ustawicznie obmywać, a pościel prześciełać, co przedstawia dla otaczających ogromne niebezpieczeństwo.

Ogólny stan chorego może być lepszy lub gorszy, zależnie od ciężkości i przebiegu choroby, ale zawsze na skutek biegunki i braku apetytu występuje rażące wyniszczenie chorego. Skutkiem tego nawet po niezbyt ciężkiej czerwonce powrót do zdrowia jest powolny.

Jeżeli choroba jest lekka, trwa około tygodnia, jeżeli ciężka dwa — trzy tygodnie albo i dłużej. W razie poprawy stolce stają się coraz rzadsze i coraz bardziej normalne, chory zaczyna jeść i powoli nabiera wyglądu zwykłego. Ale wtedy trzeba bardzo uważać i na jedzenie i na całe życie chorego. Niewłaściwe pokarmy, nadmierna przedwczesna praca, przeziębienie mogą spowodować nowy wybuch choroby, jeszcze bardziej niebezpiecznej niż pierwsza.

Czerwonka jest chorobą bardzo niebezpieczną, szczególnie dla dzieci i starców. Dzieci są na ogół bardzo wrażliwe na zaburzenia żołądkowo-jelitowe, szczególnie w porze letniej. Wiadomo ile to dzieci ginie u nas co rok na zielone biegunki. Ale czerwonka jest o wiele groźniejsza.

Te biegunki krwawe są wywoływane przez specjalne bakterie. Zjawiają się one stosunkowo rzadko, przybierają jednak charakter wielkich wybuchów, bo są bardzo zakaźne i unoszą wiele ofiar. Również dla starców i osób wyniszczonych czerwonka jest bardzo niebezpieczna, bo łatwo i szybko prowadzi do śmierci.

Jest to w ogóle choroba ciężka. Bywają takie epidemie, w których na 100 chorych umiera 15 — 20 osób, albo i więcej. Z pośród młodzieży i osób dojrzałych w zwykłych warunkach umiera poniżej 8 — 10, ale i tego nie możemy lekceważyć.

VII.

CHOLERA

Cholera należy do chorób, której samo wspomnienie wywołuje w nas przerażenie. Rzeczywiście, zawleczona w ubiegłym stuleciu z Indii, cholera siała śmierć i spustoszenie w całej Europie, dziś jednak można ją uważać za wygasłą. Pozostało nam po niej tylko brzydkie wspomnienie w postaci stale używanego przekleństwa. Tu wspominamy o cholerze dlatego, że szerzy się ona w tych samych warunkach co dur brzuszny i czerwonka. W ubiegłym wieku była cholera częstym gościem na naszych ziemiach, o czym mówią dwuramienne krzyże i cmentarze choleryczne, a nie tak dawno jeszcze, bo w czasie wielkiej wojny światowej mieliśmy w ciągu jednego roku kilkadziesiąt tysięcy przypadków, a w czasie całej wojny kilka razy tyle.

Zarazki cholery podobne do przecinka, rozwijają się u człowieka w jelitach. Okres wylęgania jest krótki, bo trwa zaledwie 2 — 5 dni. Zakaża się człowiek zupełnie podobnie jak durem brzusznym — przez odchody ludzi chorych lub nosicieli. W cholerze nosicieli jest dużo, ale nie noszą oni zarazków tak długo jak w durze brzusznym. W cholerze zakażenie może nastąpić przez napoje i produkty spożywcze, lecz najczęściej zarażamy się przez wodę, bo zarazki cholery mogą trwać dość długo, dłużej niż inne bakterie chorobotwórcze. Z tego powodu największe wybuchy cholery były w miastach portowych i wzdłuż rzek, ale nie szczędziła ta ciężka choroba i okolic czysto wiejskich, położonych z dala od wszelkich dróg dużych i traktów.

Cholera przebiega niejednakowo. Bywają przypadki łagodne, trwające zaledwie kilka dni i kończące się wyzdrowieniem. Zwykle jednak cholera przebiega burzliwie i często kończy źle. Zaczyna się od biegunek. Następnie podnosi się nieco gorączka, zjawiają się bolesne wymioty, kurcze i bóle w mięśniach. Chory słabnie, na skutek utraty wielkiej ilości płynu wysycha, traci zupełnie siły, tak, że z trudem mówi, skóra staje się sucha, serce działa coraz słabiej i po paru dniach w stanie zapaści znaczna część chorych ginie. Na stu chorych umiera około 40 — 50. Powrót do zdrowia u tych, którzy chorobę przebyli szczęśliwie, jest dość szybki.

Zjawienie się cholery budzi w społeczeństwie lęk i przerażenie. Głównym powodem tego jest, że choroba ta zjawia się

nagle, od razu, niemal z godziny na godzinę, zapada wiele ludzi będących w pełni sił, a z tej liczby znaczna część w kurczach i boleściach w ciągu paru dni umiera. Dawniej, kiedy nie znano jeszcze bakterii chorobotwórczych, budziło to jeszcze większy lęk, bo szukano wytłumaczenia niezrozumiałego zjawiska w siłach nadprzyrodzonych, w diabłach, w czarach, albo też oskarżano niewinnych ludzi, że zatruwają wodę lub w inny sposób sprowadzają na ziemię tak straszne nieszczęście. Dziś lęk jest o wiele mniejszy, bo choroba jest jasna, przyczyna jej dobrze znana, wiadomo też jak się można od niej ustrzec.

W walce z cholerą musimy zachować te same ostrożności, co w walce z durem brzusznym i czerwonką. Poza usuwaniem odchodów ludzkich, ochroną produktów spożywczych przed zanieczyszczeniem i czystością ogólną, trzeba kłaść duży bardzo nacisk na zapewnienie sobie dobrej wody. W razie epidemii należy unikać surowych warzyw i owoców, a wodę pić tylko świeżo przegotowaną. Przeciw cholerze, podobnie jak przeciw durowi brzusznemu, można się również zaszczepić z dobrym skutkiem.

VIII.

CO NAM GROZI

Omówiliśmy trzy choroby — dur brzuszny, czerwonkę i cholerę. Choroby te pod wielu względami różniące się między sobą, pod jednym są podobne: wszystkie trzy przenoszą się przez nieczystości ludzkie. Są to więc choroby związane z brakiem kultury, z brudem i niedbalstwem. W krajach kulturalnych, używających dużo wody i mydła (kulturę można mierzyć ilością mydła zużywanego na głowę obywatela), choroby te należą do bardzo rzadkich lub wcale nie istnieją. Jak wygląda pod tym względem sytuacja w Polsce.

Cholera jest chorobą od kilkudziesięciu lat już w Europie nie spotykaną. U nas w Polsce po raz ostatni mieliśmy kilka przypadków w roku 1923. Obecnie więc choroba ta u nas powstać nie może, bo w kraju naszym nie ma zarazków cholerycznych. Już wspomnieliśmy, że ojczyzną tej choroby są Indie, gdzie cholera nigdy nie wygasa. Obecnie tak wielki ruch odbywa się po całym świecie, tyle wojska przejeżdża z jednego końca świata na dru-

gi, tyle ludzi jeździ pociągami, samochodami i samolotami, że zawleczenie cholery jest też możliwe, nawet z daleka. Przypomnijmy sobie jak powstała u nas duża epidemia cholery w 1892 roku. Na wiosnę tego roku panowała cholera w Persji, skąd przedostała się do Rosji. W sierpniu tegoż roku przyjechała z południa Rosji z Rostowa nad Donem do Biskupic pod Lublinem kobieta z dzieckiem, jak mówiono chorym na brzuszek. Dziecko miało dużą biegunkę. Otóż po pewnym czasie zachorowała na biegunkę i wymioty kobieta, która prała bieliznę tego dziecka. Wkrótce okazało się, że to była cholera, na którą zapadły osoby z otoczenia chorej, bo naturalnie nikt się cholery nie wystrzegał. Stąd choroba rozlała się po całym kraju i uniosła wiele ofiar. Tymczasem jednak cholery nie ma ani u nas, ani blisko nas i obawy przed wybuchem epidemii tej choroby są niewielkie.

Inaczej wygląda sprawa duru brzusznego i czerwonki. Dur brzuszny nigdy w Polsce nie wygasał. Rocznie zapadało na dur brzuszny w Polsce od 15 do 30 tysięcy osób. Nie tylko wsie lecz i duże miasta nie były wolne od tej choroby. W samej Warszawie chorowało na dur brzuszny co rok przeszło 1.000 osób, a około 1.000 w Łodzi. Mieliśmy stale zachorowania we wszystkich zakątkach kraju, to znaczy, że i w normalnych czasach warunki dla szerzenia się duru brzusznego były pomyślne. Na skutek działań wojennych możliwości rozpowszechnienia się duru brzusznego stały się o wiele większe. Takiego zanieczyszczenia wszystkich osiedli jak obecnie, nigdy jeszcze nie było. Produkty, które dziś spożywamy, są przechowywane i przewożone w takich warunkach, że o ich czystości mowy być nie może. Dlatego niebezpieczeństwo wzmożenia się tej choroby, a nawet wybuchu dużej epidemii tyfusowej jest obecnie bardzo duże. Przeszczepienie ludności może nas w dużej mierze ochronić przed groźbą tej choroby, ale innych środków ostrożności nie możemy zaniedbywać.

Największe jednak niebezpieczeństwo grozi nam ze strony czerwonki. Jest to choroba, która szerzy się z dużą bardzo gwałtownością, niekiedy prawie jak cholera. Znane są przykłady już z czasów obecnej wojny, kiedy jednocześnie leżały na czerwonkę całe wsie nasze szczególnie we wschodnich połaciach kraju i dużo z tego zmarło. W czasie wojny w 1920 roku był taki okres, że niektóre pułki nasze były zupełnie niezdolne do walki, bo większość żołnierzy leżała na czerwonkę. Zarazków tej choroby nie potrzebujemy sprowadzać z daleka, jak to mówiliśmy o cholerze. Czerwonka panowała u nas stale, choć nie przybierała

rozmiarów dużej epidemii, nie była nawet tak często spotykana jak dur brzuszny. Zarazek czerwonki jednak jest dość rozpowszechniony i rozsiany po całym kraju.

Sytuację pogarszają dwie rzeczy: nieustanny ruch ludności z miejsca na miejsce i ciężkie warunki, w jakich znajduje się znaczna część naszych obywateli. Oprócz żołnierzy przerzucanych z miejsca na miejsce, mamy tysiące i tysiące robotników i uchodźców powracających i z Zachodu i ze Wschodu. Ludzie ci dniami, a niekiedy tygodniami znajdują się poza domem, nie mają możności ani spać, ani jeść po ludzku i z konieczności żyją stale w brudzie. Nieraz w pociągu lub na dworcu widzi się tych ludzi, jak rękami, które od wielu dni nie widziały mydła i wody, niosą do ust kawałek chleba, wyjęty z brudnego gałganka i zapijają to wodą ze studni, przypominającej małą sadzawkę, lub z kranu, przy którym wisi napis: „woda nie nadaje się do picia". Różne lemoniady i chłodzące napoje, na jakie sobie niektórzy z nich pozwalają, nie wiele są pewniejsze.

Inne znowu tysiące ludzi mieszkają w rozwalonych domach, w ruinach, nawet w ziemiankach, nie mają wody w bliskości, albo korzystają z wody nie nadającej się do użytku, nie mają pod dostatkiem bielizny i odzieży, śpią na barłogu, produkty spożywcze przechowują na podłodze, na ziemi, w kącie tej nory, w której mieszkają i w której wszystko jest brudne. W zrujnowanych miastach, dawniej znanych z czystości, dziś pozostały kupy gruzów, śmieci i nieczystości wszelkiego rodzaju, w których mnożą się szczury i wszelkie robactwo, karmią się miliony much, przenoszących zarazki z miejsca na miejsce.

W niewiele lepszych warunkach żyją jeszcze inne tysiące, które jadą obejmować gospodarstwa na Zachód. Wreszcie nie bez znaczenia jest i pora roku. Czerwonka, podobnie jak dur brzuszny, najłatwiej się szerzy w porze letniej i na jesieni, na co składa się wiele przyczyn. W gorącej porze roku ludzie używają dużo wody, napojów chłodzących wszelkiego rodzaju, często niepewnych. W lecie zanieczyszczenie wydalinami ludzkimi osiedli i wszystkich najbardziej uczęszczanych miejscowości jest o wiele większe niż zimą. W lecie spożywa się dużo warzyw i owoców, które wywołują często zaburzenia żołądkowo-jelitowe same przez się, które mogą też przenosić zakażenie. Wreszcie lato to okres naturalnego zupełnie rozpowszechnienia much, odgrywających w przenoszeniu czerwonki tak dużą rolę.

Dlatego w tej chwili musimy zwiększyć ostrożności, aby do wybuchu i rozwoju żadnej z opisanych chorób, a przede wszystkim czerwonki nie dopuścić. Od tej plagi może nas uchronić **tylko czystość,** czystość i jeszcze raz czystość.



Drukarnia Nr. 4 Sp. Wyd. „Czytelnik" Łódź, Żwirki 2
D-03672